



# *THETAHEALING GRAVER ETTER TRO*

*HVORDAN OMKOBLE DIN UNDERBEVISSTE  
TENKING FOR DYP INDRE HELBREDELSE*

**VIANNA STIBAL**

SKAPER AV THETAHEALING

## Side Meny

ThetaHealing Psykologi	s. 4
Kapittel 1 Psykologi	s. 6
Kapittel 2 Thetahealing teknikk	s.15
Kapittel 3 Energitesing	s.18
Kapittel 4 Trosarbeide-Graving: Fortid, nåtid og framtid	s.29
Kapittel 5 De 5 grunnleggende stegene i trosarbeide	s.42
Kapittel 6 De 10 gravende tilnærmingene ( <i>Snarvei</i> )	s.46
<i>Konklusjon: Være en ThetaHealer</i>	s.77

## Liste over øvelser

Meditasjon til Alt som er  
Lesing  
Healing  
Prosess for endring av tro  
Følelserprosess  
Energi-testing metode  
Trosarbeid metode 1  
Trosarbeid metode 2  
Øvelser for dyd

### FORORD

*ThetaHealing er en filosofi og et komplett helbredelsessystem, som kan brukes til å endre selvbegrensede oppfatninger og forbedre positive overbevisninger, samt for selvforståelse og å utvikle seg åndelig til fordel for menneskeheten.*

*Denne boken er utformet som en grundig veiledning for å grave etter tro, og er en følgesvenn til ThetaHealing, Advanced ThetaHealing, ThetaHealing Diseases and Disorders og The Planes of Existence.*

*I den første boken, ThetaHealing, forklarer jeg trinnvise prosesser ved ThetaHealing lesing, healing, trosarbeid, følearbeid, gravearbeid og genarbeid, og tilbyr en introduksjon til eksistensplanene, samt tilleggs kunnskap for nybegynneren.*

*Den neste boken, Advanced ThetaHealing, gir en mer dyptgående guide til tro og følelserarbeid, og graving, samt dypere innsikt i eksistensplanene og troen til Åndelig evolusjon. Advanced dna ThetaHealing utvider den første boken, ThetaHealing, der The Planes of Existence definerer filosofien til ThetaHealing*

*Prosesser som er spesifikke for enhver alder, kjønn, rase, farge, trosbekjennelse eller religion. Alle med en ren tro på Gud eller den skapende kraften kan få tilgang til og bruke grenene til ThetaHealing-treet, og jeg innser at Skaperen har mange forskjellige navn: Gud, Livskraften, Allah, Skaperen av Alt Som Er, Gudinnen, Jesus, Hellig Ånd, Kilde og Jahve.*

## DIG DEEPER

### FRA VIANNA

Selv om jeg deler denne gravemetoden og informasjonen med deg, aksepterer jeg ikke noe ansvar for endringene som kan oppstå ved bruken av den. Ansvar er ditt, et ansvar du tar når du innser at du har makten til å forandre livet ditt, så vel som andres liv.

Det er nødvendig å oppnå en forståelse av prosessene som er gitt i ThetaHealing for å utnytte praksisen for graving etter tro som er beskrevet i denne boken fullt ut.

Energi-helbredelsesteknikkene som brukes i denne boken er fullstendig forklart i ThetaHealing og Advanced ThetaHealing, sammen med meditasjonspraksisen som bruker Theta hjernebølge, som jeg tror skaper fysisk, psykologisk og åndelig helbredelse. Mens vi er i en ren og guddommelig Theta sinnstilstand, er vi i stand til å koble oss til Skaperen av alt som er gjennom fokusert bønn. Skaperen har gitt oss den fascinerende kunnskapen du er i ferd med å motta; det har forandret livet mitt og mange andres liv.

Det er imidlertid ett krav som er absolutt med ThetaHealing og teknikkene beskrevet i denne boken må du ha en sentral tro på en energi som flyter gjennom alle ting. Noen vil kanskje kalle dette skaperen av alt som er, »Skaperen eller «Gud». Med studier og praksis kan hvem som helst gjøre det; alle som tror på Gud eller alt som er essensen som flyter gjennom alle ting. Denne metoden er ikke eller denne prosessen begrenset for spesifikke for enhver alder, kjønn, rase, farge, trosbekjennelse eller religion. Alle med en ren tro på Gud eller den skapende kraften kan få tilgang til og bruke grenene til ThetaHealing-treet, og jeg innser at Skaperen har mange forskjellige navn: Gud, Livskraften, Allah, Skaperen av Alt Som Er, Gudinnen, Jesus, Hellig Ånd, Kilde og Jahve.

Selv om jeg deler denne informasjonen med deg, aksepterer jeg ikke noe ansvar for endringene som kan oppstå ved bruken av den. Ansvar er ditt, et ansvar du tar når du innser at du har makten til å forandre livet ditt, så vel som andres liv.

### MERKNAD TIL LESEREN

Etter å ha undervist i ThetaHealing-klasser i mange år, begynte jeg etter å se uregelmessigheter i hvordan noen elever gravde etter bunnen eller nøkkeltroen i en økt.

Noen elever kan ha utviklet dårlige vaner på grunn av å ha blitt undervist av tidlige ThetaHealing-lærere, som hadde lært (eller skapt) feil måte å grave på, mens andre elever ikke ble undervist i noen av gravepraksisene. Noen elever lastet ned negativ tro, eller lastet bare ned lange lister i trosarbeidsøkter, mens andre gjorde trosarbeid, men brukte ikke nedlastinger. Noen utøvere gjorde godt trosarbeid, men det var ikke så effektivt som det kunne være, og klientene deres trengte flere økter enn nødvendig for å helbrede. Noen elever leste ikke graveforklaringene i de grunnleggende og avanserte bøkene.

En av de viktigste funksjonene til ThetaHealing er graving etter tro som holder på begrensede tanker og tro. Gravingen ble utviklet for å hjelpe elevene til å grave **raskt etter tro**, og denne boken er resultatet.

## INNLEDNING: THETAHEALINGS PSYKOLOGI

Det har vært bind skrevet om tro, følelser og bevegelsestilstander; og teorier om hvordan de er mange - de fleste prøver å forklare hvordan de fungerer psykologi, fysiologi, filosofi, nevrologi, sosiologi, indologi og psykoterapi. Spørsmålet de alle stiller er, definerer vi en følelse, tro eller følelse? Hvor og finnes det i hjernen og hva er det?»

I vitenskapen er mange av begrepene om følelsesuttrykk i hovedsak læringsprosesser for teoretisk læring, hvor den ene ideen bygger på den andre. For noen psykologer, en følelse er subjektiv erfaring som er resultatet av en følelsesmessig tilstand. Vi kan se resultatet av en følelse er en subjektiv opplevelse som er forestillingstilstand gjennom verbale og fysiske reaksjoner, men vi kan ikke mekanisk se hvordan de dannes - bortsett fra å ta en elektroencefalografisk lesing for å overvåke hjernebølger, og en CT-skanning. Vi kan imidlertid anta at følelser sendes gjennom kroppen ved hjelp av kjemiske og elektriske meldinger via kroppens sirkulasjons- og nevrologiske systemer.

Noen psykologer foreslår at våre emosjonelle tilstander i hovedsak er biologisk drevne reaksjoner på sosiale og miljømessige faktorer. Ifølge disse teoriene er det seks grunnleggende følelser: sinne, avsky, frykt, lykke, tristhet og overraskelse. Disse grunnleggende følelsene blandes deretter for å danne mer komplekse følelser. Et godt eksempel på dette ville være å føle sinne og avsky på samme tid, og disse følelsene blandes for å danne følelsen av forakt. (Vennligst forstå at disse konseptene i det minste delvis er teorier om følelser.)

Ingenting av dette forklarer imidlertid hvorfor vi utvikler en bestemt tro, eller en har blitt sendt ned til oss. Er en tro en følelsesmessig tilstand? Hvor er det i hjernen? Hvordan er det dannet? Hvorfor utvikler en person visse overbevisninger og ikke en annen?

En ting virker sikkert: tro er mentale objekter som er dypt innebygd i hjernen og som minner kan stivne til positive eller negative tilstander. Derfor er neste spørsmål, hvordan gjenkjenner vi vår tro og hvordan kan de endres om nødvendig? Hat, fordommer og diskriminering er bare noen få eksempler på negative overbevisninger som kan stivne til noe utover en følelse, selv om de også er en kilde til negative følelser, mens tro om bønn, meditasjon, kjærlighet, goodwill, og så videre har en tendens til å skape positive følelser og følelser. Noen forskere spekulerer i at tro stivner på samme måte som minner dannes i hjernen, men hvordan endrer du dem når de er størknet?

Kathleen Taylor, en nevrovitenskapsmann ved Oxford University sier: «Hvis du utfordrer dem [troen]... så kommer de til å svekkes litt. Hvis det kombineres med en veldig sterk forsterkning av nye trosoppfatninger, vil du få et skifte i vekt fra den ene til den andre.»

## TRO – EN PORTAL TIL DET UNDERBEVISSTE

Tro og gravearbeid er en vesentlig del av ThetaHealing og kan lett forstås fra et psykologisk synspunkt som en måte å åpne en portal direkte inn i underbevisstheten for å skape forandring. Å observere mennesker i tro-arbeid-økter indikerer at det er en boble av beskyttelse rundt havet av underbevisstheten i det minste hos noen mennesker. Dette beskyttelsesfeltet er skapt i en naturlig prosess slik at underbevissthetens harddisk kan isolere oss fra smerte - eller hva den oppfatter kan være smertefull for oss - hvis vi forsøker å endre troen (eller programmene) som har dannet seg i løpet av livet vårt.

Hjernen fungerer som en biologisk superdatamaskin, som vurderer informasjon og reagerer. Hvordan vi reagerer på en opplevelse avhenger av informasjonen som gis til underbevisstheten, og hvordan den mottas og tolkes. Når en tro har blitt akseptert som «ekte» av sinnet, blir det krystallisert som et program og plassert på harddisken til underbevisstheten. Som i databehandling, kaller ThetaHealing tro for «programmer» fordi harddisken til underbevisstheten «utfører» disse troene, uavhengig av om de er negative eller positive.

Et program kan være til vår fordel eller bli en ulempe, avhengig av hva det er og hvordan vi reagerer på det. For eksempel kan det å leve med det skjulte programmet «Jeg **kan ikke lykkes**» resultere i **å miste alt, selv etter år med suksess, eller i selvødeleggende atferd; og fordi programmet er ubevisst, fortsetter det å være selvsaboterende**. Disse typer programmer, som sannsynligvis ble dannet i barndommen, ligger dypt i underbevisstheten og venter på muligheten for å bli gjenopprettet til virkeligheten.

Dette er også grunnen til at når vi lærer og vokser i løpet av livet, finner mange av oss ut at endring og vekst ikke er våre venner. Når vi er barn, lærer erfaringer oss at forandring kan være smertefullt, til og med farlig. Traumer opplevd i barndommen – kanskje på grunn av skolebytte, skilsmisse, død eller en annen årsak – fører til at det dannes en boble av beskyttelse rundt underbevisstheten, som en måte å isolere oss fra smerte. Når vi blir eldre, oppleves også endring og

vekst (slik de oppfattes av den vestlige tankegangen) som smertefulle. Hendelser som å miste eller jobbe, samlivsbrudd, eller at kroppen vår blir eldre, kan også bety at endring av oppfatningen av endring blir gradvis mer negativ. Ettersom underbevisstheten internaliserer disse lærte atferdene - hvorav noen kanskje ikke er til vår fordel - vet den at det finnes mønstre i dypet, og noen av disse atferdene kan være smertefulle hvis de ble kontaktet direkte og forsøkt gjort positiv endring – og slik forblir beskyttelsesboblen på plass. Jo eldre vi blir, jo vanskeligere og vanskeligere blir det å gjøre endringer som kan være smertefulle for oss, og slik blir beskyttelseslagene tykkere og tykkere. Trosarbeid er en måte å trenge gjennom lagene i boblen til underbevisstheten og gjøre endringer uten å skape smerte.

Trosarbeid gir oss muligheten til å fjerne og erstatte eventuelle negative programmer med positive, fordelaktige gjennom oppfatningen om at endring kan skapes gjennom den kraftigste kraften i universet, energien til subatomære partikler. Hvordan denne essensen oppfattes er opp til den enkelte. Noen mennesker kan kalle denne essensen «Gud», men andre kan oppfatte den vitenskapelig. Uansett gir det et fokuspunkt for å skape konkret endring i livene våre. I denne prosessen blir en tro, som både er ekstern, men intern, akseptert som kraftigere enn noen annen i våre sinn.

## PROSESSEN MED Å SKAPE ENDRING

Ved å bruke energitestning (se kapittel 2), kan vi oppfatte hvilke trosprogrammer de fire trosnivåene (kjerne, genetiske, historie og sjel) - som holdes i underbevisstheten og på hvilke av vi tror er iboende i oss. Energitestning er en direkte prosedyre via en reaksjon på stimuli - for å teste for ditt eget eller en klients energifelt, eller Alt som er essens, og en nøyaktig måte å avsløre om et trosprogram eksisterer og bringe det inn i den bevisste bevisstheten. Trosprogrammet kan da forløses og et nytt lastes ned i stedet. Med andre ord, klienten tror på trosprogrammet har blitt utgitt, og det nye programmet blir akseptert og tar sin nye plass.

**Energitestning er nyttig for de som nettopp har begynt å bruke arbeid og for de klientene som trenger «bevis» på at noe skjer.** Men når du først blir mer kjent med den synkronistiske interaksjonen med å grave etter bunnen eller troen (som vi vil utforske mer detaljert i senere kapittel, trenger du ikke å bruke den ganske mekanistiske prosessen med energi-testing for hver tro, da klienten vil begynne å gjøre intuitive kvantesprang i interaksjonsprosessen.

Det viktigste er at energitestningsverktøyet (fingertesten) lærer oss hvordan vi kan få tilgang til underbevisstheten uten smerte, og gjøre endringer i det. Når nok av disse programmene er endret, lærer sinnet at den ikke trenger å beskytte oss og til slutt gir direkte tilgang til underbevisstheten vår. **På dette tidspunktet, begynn å spontant gjøre endringer uten energitestning.** Eventuelle ytterligere endringer som er nødvendig begynner å komme til oss, vi kan drømme i vår underbevissthet og deretter bli åpen til vårt bevisste sinn, mens vi går gjennom dag-til-dag i livet vårt. Vi finner ut at selv om endring fortsatt kan være vanskelig, er den ikke lenger så overveldende at vi er redde for den. På dette tidspunktet gjør vi automatisk trosarbeid på oss selv, og skaper øyeblikkelig endring i oss selv som deretter manifesterer seg og strekker seg til de mer materielle aspektene av livene våre.

Men for å endre tro, må underbevisstheten føle seg komfortabel med å forløse dem. De fire trosnivåene er en måte å åpne dørene til underbevisstheten på og skape endring til programmer som ellers kunne forbli sittende fast. Dette er fordi når underbevisstheten aksepterer ideen om de fire trosnivåene, har den en struktur for å manifestere endring og vekst.

## Kapittel en Theta teknikken

Som jeg beskrev i introduksjonen, er trosarbeid viktig å bringe alle trosprogrammer, som hindrer deg i å helbrede eller gå fremover, inn i vår bevisste bevissthet. Når du graver etter tro, vil du bruke en teknikk som tar deg til en Theta hjernebølge, og hvis du er ny på ThetaHealing, kan du finne dette kapitlet nyttig for å få en oversikt over grenene til Theta-teknikken.

De grunnleggende healings- og leseteknikkene til ThetaHealing er egentlig ganske enkle å følge. Fremgangsmåten for disse prosedyrene er imidlertid **visualisering**, som kanskje ikke kommer naturlig for deg, så det er en god idé å øve på teknikkene gitt i dette kapitlet før du starter noe trosarbeid. Det vi derimot har funnet er at alle kan lære å visualisere, og hvis du følger **instruksjonene i ditt eget tempo, blir du dyktig til det.**

### THETAHEALING-TREET

Healinger og lesninger er basert på kraften til en forbindelse til Skaperen og fokusert tanke. For å ha denne forbindelsen og fokusere tankene dine, må du først gjenkjenne dine intuitive evner. Så, for å forstå prosessen, lær alt du kan om ditt iboende potensial.

Følgende termer refererer til de første «grenene» av ThetaHealing «treet» vi bruker for å «gå opp og søke Gud/Skaperen»:

- Kraften til ord og tanke
- 
- Hjernebølger
- 
- Psykiske sanser og chakraer
- 
- Gratis virksomhet; samskaping
- Kommandoen eller forespørselen (**kommandoen er til underbevisstheten din, forespørselen er til Skaperen**)
- Kraften til observasjon-visualisering og det å være vitne
- 
- Skaperen av alt som er på det syvende eksistensplanet

Proessen er å forstå hvordan man kan bruke sinnet i beredskap for trosarbeid. Der hjernebølger: beta, alfa, theta, delta og gamma er konstant i bevegelse som hjernen produserer bølger i alle fem frekvenser. Alt vi sier og gjør reguleres av frekvensen i hjernen.

En Theta hjernebølge gir tilstand er en veldig dyp tilstand av avslapning; som alltid er kreativ, inspirerende og gir åndelige opplevelser. Vi tror at denne tilstanden er det underbevisste sinnet og åpner en direkte indikasjon til det guddommelige.

Jeg tror at når vi praktiserer meditasjon og sier ordet «Gud» har vi mulighet til å holde en bevisst Theta hjernebølge. I denne sinnstilstanden tror jeg at vi kan skape hva som helst, lett umiddelbart, og sende bevisstheten vår til kroppen for å koble til det syvende planet av denne energien, som er

iboende i alt universet. Mange studier har vist at personen som blir helbredet, faller ned i et Theta-Delta, dette kan forklare de visjonære opplevelsene av å grave etter tro - enten for deg selv, eller ved bruk av følgende Alt som er energimeditasjon å gå til det syvende eksistensplanet; det vil låse opp dører i tankene dine og forbinde deg med den reneste essensen av Alt Som Er-energien. Dette mentale veikartet vil stimulere nevronene i hjernen din og koble deg til skapelsesenergien.

#### VEIKART TIL ALT SOM ER MEDITASJON (UTVIDET VERSJON)

I denne meditasjonen, som er en utvidet versjon av den som er gitt i Planes of Existence, drar du på en reise for å finne Skaper-selvet inne i deg - som er av høyeste intelligens og fullkommen kjærlighet - og reiser utover til den kosmiske bevisstheten på samme tid.

1. Begynn med å sende din bevissthet ned i sentrum av Moder Jord, inn i energien til Alt Som Er.
2. Ta nå energien til Alt Som Er opp gjennom føttene og inn i kroppen din.
3. Ta nå energien opp gjennom alle de syv chakraene dine, så opp og ut gjennom toppen av hodet ditt, forestill deg energien som en vakker lyskule og se deg selv i den. Ta deg tid til å legge merke til hvilken farge det er.
4. Projiser bevisstheten din ut forbi stjernene og forestill deg at du går opp over universet.
5. Forestill at du går inn i lyset over universet, er det et stort, nydelig lys. Forestill deg at du går opp gjennom det lyset, og du vil se enda et sterkt lys, og enda et, og enda et, det er mange sterke lys, så fortsett å stig opp.
6. Mellom lysene er det litt mørkt lys, men dette er et lag før neste lys, så fortsett.
7. Endelig, det er et stort, sterkt, gylden skimrende lys. Gå gjennom det. Når du går gjennom den, vil du se en energi som er mørkere til å begynne med - en tykk vannaktig, gelélignende substans som består av alle regnbuens farger. Når du går inn i dette gelélignende stoffet, ser du at det endrer fargene - det er her lovene bor og her vil du få alle slags former og farger. I det fjerne er det hvitt iriserende lys; det er en hvit-blå farge, som en lovene. Gå mot det lyset. Unngå det dype blå lyset fordi dette er magnetismens lov. Det er mulig å bli betatt av essensen av lovene, så pass på å gå til neste lys.
8. Når du kommer nærmere det hvite iriserende lyset, vil du se miks av en rosa farge. Dette er loven om medfølelse og vil lede deg inn i det spesielle stedet for Eksistensen på det syvende plan. Du kan se at perleskimrende lys som har formen av et rektangel, som et vindu; det er åpningen til det syvende plan.
9. Gå nå gjennom åpningen. Gå dypt inn i det. Du vil være i et hvitt lys som glitrer. Til å begynne med kan dette lyset ha noen gnister av perleskimrende blått og rosa inni seg, men det er for det meste et selvløsende snøhvitt lys. Kjenn det går gjennom kroppen. Det føles lett, men det har essens. Du kan føle det går gjennom deg; det er som om du ikke lenger kan føle separasjonen mellom din egen kropp og energien. Du blir skaperen av alt som er, av den høyeste intelligens og største kjærlighet. Ikke bekymre deg, kroppen din vil ikke forsvinne, men bli perfekt og sunn. Husk at det bare er energi her, ikke mennesker eller ting, så hvis du ser folk, gå høyere. Det er fra dette stedet at «Skaperen av alt som er» kan utføre helbredelser som vil helbrede øyeblikkelig og at du kan skape alle aspekter av livet ditt.

Når du har en forståelse av denne meditasjonen og har blitt kjent med dens praksis, er du klar til å bruke lese- og helbredelsesprosessene, gitt nedenfor, for å frigjøre, erstatte og grave etter tro. Begge de følgende beskrivelsene av lesingen og healingen er forkortede versjoner fra ThetaHealing.

## LESNING

Leseprosessen er et middel for en healer til å sende sin bevissthet inn i en annen persons rom for å gjøre en kropps skanning. Lesingen er enkel:

1. Sentrer deg selv.
2. Begynn med å sende din bevissthet ned i sentrum av Moder Jord, inn i energien til Alt Som Er.
3. Bring energien opp gjennom føttene, inn i kroppen, og bring energien opp gjennom alle chakraene.
4. Gå opp gjennom kronchakraet ditt, hev og projiser bevisstheten din ut forbi stjernene til universet.
5. Gå utover universet, gjennom lag med lys, gjennom et gyllent lys, forbi det gelélignende stoffet, som er lovene, inn i et perleaktig, iriserende hvitt lys til det syvende eksistensplanet.
6. Gi kommandoen eller forespørselen: «**Skaper av alt som er, det er beordret eller bedt om å være vitne til lesningen i [sett inn navnet på personen]. Takk skal du ha! Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort.**»
7. Gå inn i klientens rom.
8. Tenk deg at du går inn i klientens kropp for å tenne et lys.
9. Hvis noen områder av kroppen deres ikke lyser opp mens du går gjennom det, kan det være et problem i det området.
10. Når du er ferdig, skyll deg selv med lyset fra det **syvende plan for eksistens** og hold deg tilkoblet den.

**Neste trinn i lesingen er helbredelsen.**

## HELBREDELSE

**Skaperen av alt som er healeren og du er bare observatøren som er vitne til det.** Helbredelsen er enkel:

1. Sentrer deg selv.
2. Begynn med å sende din bevissthet ned i sentrum av Moder Jord, inn i energien til Alt Som Er.
3. Bring energien opp gjennom føttene, inn i kroppen, og bring energien opp gjennom alle chakraene.
4. Gå opp gjennom kronechakraet ditt, hev og projiser din bevissthet ut forbi stjernene til universet.



Gå utover universet, gjennom lag med lys, gjennom et gyllent lys, forbi den gelélignende substansen, som er lovene, inn i et perleaktig, iriserende hvitt lys til det syvende eksistensplanet.

Gi kommandoen eller forespørselen: «**Skaper av alt som er, det er befalt eller bedt om å være vitne til en helbredelse i [sett inn navnet på personen]. Takk skal du ha! Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort.»**

Gå inn i personens rom og se Skaperen helbrede personen.

8. Hold deg i det utfordrede området til den helbredende energien er ferdig.

9. Når du er ferdig, skyll deg selv av med det syvende planet av eksistensenergien og hold kontakten med den.

For at en helbredelse skal skje, må mottakeren ønske å gjenopprette seg selv og healeren må tro at det er mulig. Hvis personen ikke ønsker å bli helbredet, eller ikke tror de kan bli helbredet, kan healingsteknikken brukes på en annen måte for å endre tro.

***Trosarbeid gir oss muligheten til å fjerne og erstatte negative programmer med positive, fordelaktige programmer fra skaperen av alt som er.***

## TROSARBEID

Trosarbeid er kjernen i ThetaHealing og er et middel til å endre begrensede overbevisninger som har blitt programmer i underbevisstheten før man graver etter bunnen eller nøkkeltroen.

### Programmer og trosnivåer

Når en tro har blitt akseptert som «ekte» av kroppen, sinnet eller sjelen, blir det et program. Disse programmene kan være til fordel eller ulempe - avhengig av hva de er og hvordan vi reagerer på dem. ThetaHealing lærer at det er fire nivåer som trosprogrammer holdes på (kjerne, genetisk, historie og sjel), som du kan bruke som en guide for å fjerne og erstatte programmer i dine trosarbeidsøkter.

### Kjernetro

Kjernetro er det vi blir undervist i dette livet og har akseptert fra barndommen. Disse troene har blitt en del av oss og holdes som energi i hjernens frontallapp.

### Genetisk tro

På dette nivået er troen arvet fra våre forfedre eller blir lagt til genene i dette livet. Disse troene er energier lagret i det morfogenetiske feltet rundt vårt fysiske DNA. Dette kunnskapsfeltet er det som forteller mekanikken til DNAet hva de skal gjøre.

### Historietro

Dette nivået gjelder minner fra tidligere liv, dype genetiske minner eller kollektive bevissthetsopplevelser som vi bærer inn i nåtiden. Disse minnene holdes i vårt auriske felt.

## Sjels tro

Dette nivået er alt som en person er. Disse er de dypeste og mest gjennomtrengende av alle trosprogrammene og trekkes av individets fullstendighet, som begynner ved hjertechakraet, og utover.

Bruk disse fire trosnivåene som din guide for å fjerne og erstatte programmer i dine trosarbeidsøker.

Som beskrevet i kapittel 1 kan vi bruke energitestning for å finne trosprogrammer på korrekte energitestningsmetoder og prosesser). Energitestning er en direkte prosedyre som du kan bruke for å teste for et «Ja» eller «Nei» på alle fire nivåer av tro (se kapittel 2 for svaret for å finne ut om en viss tro er til sted.

### PROSESS FOR Å ENDRE EN TRO

Følgende prosess er bare et eksempel. Den komplette prosessen med å frigjøre tro fra de fire nivåene er gitt i ThetaHealing.

1. Sentrer deg selv.
2. Begynn med å sende din bevissthet ned i sentrum av Moder Jord, inn i energien til Alt Som Er.
3. Bring energien opp gjennom føttene, inn i kroppen, og gjennom alle chakraene.
4. Gå opp gjennom kronechakraen din, hev og projiser bevisstheten din ut forbi stjernene til universet.
5. Gå utover universet, gjennom lag med lys, gjennom et gyllent lys, forbi det gelélignende stoffet, som er lovene, inn i et perleaktig, iriserende hvitt lys til det syvende eksistensplanet.
6. Gi kommandoen eller forespørselen: «Skaper av alt som er, det er beordret eller bedt om at programtroen til [uansett hva troen er] skal trekkes på alle fire nivåer, kanselleres, løses på historienivå og sendes til Guds lys fra [si personens navn], erstattet med [hva Gud enn forteller deg]. Takk skal du ha! Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort.»
7. Vitne til at programmet og energien knyttet til [uansett hva troen er] blir trukket, kansellert, løst på historisk nivå, sendt til Guds lys og erstattet med det nye programmet av [hva enn Gud forteller deg] fra Skaperen.
8. Når du er ferdig, skyll deg selv av med det syvende eksistensplanet-energien og hold deg tilkoblet til den.

## GRAVING

Graving er energitesting for nøkkeltroen som har alle de andre troene stablet oppå seg. I en en-til-en sesjon er utøveren etterforsker og energitester klientens utsagn for å finne ledetråder til deres viktigste tro.

Du kan finne det nyttig å visualisere trossystemet som et tårn av blokker. Den nederste blokken er nøkkelen, eller den nederste, troen som holder resten av troen; roten til alle de andre programmene over den. Spør alltid Skaperen: «Hvilken nøkkeltro holder dette trossystemet intakt?» Du kan spare timer med tid ved å søke etter og fjerne viktige overbevisninger.

Så snart du har nøkkeltroen eller programmet, be om, eller finn, de riktige erstatningsprogrammene for å installere i tomrommet til de fjernede eller hentede programmene. Spør deg selv eller kunden

## THETAHEALING® GRAVER ETTER TRO

hva du har lært av å få programmet erstattet og hvorfor det var der i utgangspunktet. Å forstå hvorfor vi har et program som ikke er i vår høyeste og beste interesse vil bidra til å unngå å gjenskape den samme energien igjen.

Det er alltid best å finne nøkkeltroen som trekkes og erstattes før slutten av økten. I tillegg, sørg for å inkludere følelsesarbeid i trosarbeidsøkten din, fordi innsetting av følelser i mange tilfeller vil fremskynde prosessen med å finne det dypeste programmet.

### Bestemme nøkkeltroen

Når du gjør trosarbeid på deg selv eller med en klient, spør: «**Hvis det er noe du kan endre, hva ville det være?**» Fortsett deretter å stille spørsmål knyttet til problemet til du har nådd det spesifikke eller dypeste problemet. Klienter, vil du vite når du er nær nøkkeltroen hvis personen blir verbalt defensiv, vrir seg eller gråter i et underbevisst forsøk på å holde på programmet. Trekk, avbryt, løs og erstatt problemene etter behov, uansett tro. nivåer du har funnet dem.

De viktigste spørsmålene å stille er:

- Hvem?
- Hva?
- Hvor?
- Hvorfor?
- Hvordan?

Når du jobber med klienter, unngå å legge inn dine egne programmer eller følelser i etterforskningsprosessen. Av denne grunn, forbli alltid fast forbundet med perspektivet til Skaperen av det syvende plan når du er i en annen persons «rom» med dine intuitive evner. Hvis du gjør dette, vil du få en tydelig «lesning» på personen. I noen tilfeller vil klienten løkke, skjule eller ta deg i sirkler med spørsmål/svar-scenariet. Vær tålmodig og utholdende for å finne det dypeste programmet. Det kan være nødvendig å spørre Skaperen: «Hva er det dypere programmet?»

Hvis klienten begynner å oppleve ubehag under trosarbeid, fortsett å forløse troen til den er borte. Med personens tillatelse, **last ned følelsen av hvordan det føles å være trygg fra Skaperens perspektiv**. Fortsett med økten til personen er komfortabel og har en fredelig oppførsel. I de fleste tilfeller må graveteknikken gå foran innsetting av følelser eller utgivelse av programmer. Det første vi bør forstå er hvilken nevronal forbindelse vi må endre.

### **Hvorfor grave etter tro?**

Graving bringer oss til en erkjennelse av hva som må endres. Når du har modifisert synapsene, bør du sørge for at du endrer eventuelle tilknyttede mønstre som kan forstyrre nytt konsept også. Husk at oppfatninger på historie- og genetisk nivå også kan blokkere en innsetting av en tro.

Å grave betyr ikke å spørre Skaperen hva han skal endre og ikke noe mer; det involverer selvutforskning eller diskusjon, siden den enkle handlingen å snakke om emnet vil i realiteten bringe programmene inn i lyset av bevisstheten slik at de kan slippes ut spontant. For eksempel, hvis du setter inn følelsen og å vite hvordan du kan leve med glede, vil kroppens reseptorceller åpne portene til lykke - og hvis du jobber med en klient, bør de handle annerledes fra det øyeblikket av.

Nøkkelpunktet når du graver er ikke å fokusere for mye på ideen om at hjernen blir omprogrammert fordi underbevisstheten kan forsøke å erstatte det nye programmet med det gamle.

Når du møter et nytt program, vil du ganske enkelt spørre Skaperen om du vil gi det ut, erstatte det eller slette et aspekt av det. Vi vil utforske gravemetodene og prosessene mer detaljert i de følgende kapitlene, men aldri erstatte programmer uten riktig dømmekraft. Det som til å begynne med ser ut til å være et negativt program, kan faktisk være fordelaktig og bør ikke utgis tilfeldig.

Denne prosessen er enkel! Alt du trenger å gjøre er å bruke nøkkelspørsmålene: **Hvem? Hva? Hvor? Hvorfor? Hvordan? Når?** Sinnet vil da begynne å grave, få tilgang til informasjon som en datamaskin, og vil gi svar på hvert spørsmål. Husk at hvis du eller klienten står fast i å finne et svar, er det bare midlertidig. Endre spørsmålet fra hvorfor til hvordan osv., til svaret manifesterer seg. Hvis det ikke er noe svar, spør: «Hvis du visste svaret, hva ville det vært?»

Med litt øvelse vil du lære hvordan du får tilgang til sinnets evne til å finne svaret. Når som helst i tro-arbeidsprosessen, vær åpen for guddommelig intervensjon og Skaperen som gir deg nøkkeltroen. Husk at det generelt er et positivt aspekt ved alle viktige overbevisninger, så sørg for å finne ut formålet det har tjent og hva som har blitt lært av det. Oppfatninger som «Hvis jeg er overvektig er følelsene mine trygge», eller «Hvis jeg er overvektig, vil mine dypeste følelser forbli skjult» er sinnet som gjør sitt beste for å beskytte oss mot smerte.

### **FØLELSE ARBEID**

Kanskje på grunn av traumer i barndommen eller senere i livet, opplever noen mennesker aldri (eller mister evnen til å føle) energien til visse følelser. For å ha følelser som glede, å elske eller å bli elsket, eller hvordan det føles å være rik, eller noen annen ukjent følelse, må vi bli vist hvordan disse følelsene «føles» av Skaperen. Dette er også grunnen til at noen manifestasjoner ikke klarer å materialisere seg -fordi for å manifestere det vi ønsker, en sjel for dem å manifestere seg i livene våre.

Som jeg forklarte i ThetaHealing, for å laste ned en følelse til noen andre må du:

1. Be om muntlig tillatelse for nedlastingen.

2. Befal eller be Skaperen av alt som er om å innpode følelsen fra det syvende eksistensplanet.

I ThetaHealing kan du også være din egen utøver og gjøre ditt eget følelsesarbeid ved å kalle på Skaperen og la følelses-nedlastingen flyte gjennom hver celle i kroppen din og gjennom alle fire trosnivåene. Når denne følelsen har blitt opplevd, vil du være klar til å skape endringer i livet.

Jeg har sett mange liv endret seg ved ganske enkelt å laste ned følelser fra Skaperen.

Det som kan ta folk flere liv å lære, kan læres på sekunder. Skaperen av alt som er kan lære oss disse følelsene på alle nivåer, samt fjerne irrasjonell frykt.

### **Laster ned følelser**

Når denne følelseskunnskapen lastes ned, skaper den bevissthet, forståelse og forståelse, og disse følelsene kan ha en dramatisk effekt på dine intuitive evner og skape fysisk velvære.

### **FØLELSESPROSESS**

Bruk følgende prosess for å laste ned følelser.

1. Sentrer deg selv.
2. Begynn med å sende din bevissthet ned i sentrum av Moder Jord, inn i energien til Alt Som Er.
3. Ta energien opp gjennom føttene, inn i kroppen og opp gjennom alle chakraene.
4. Gå opp gjennom kronchakraet ditt, hev og projiser bevisstheten din ut forbi stjernene til universet.
5. Gå utover universet, gjennom lag med lys, gjennom et gyllent lys, forbi det gelélignende stoffet, som er lovene, inn i et perleaktig, iriserende hvitt lys til det syvende eksistensplanet.
6. Gi kommandoen eller forespørselen: «Skaperen av alt som er, den befalte eller bedt om å innpode følelsen av [navngi følelsen] i personen [navn på personen] gjennom hver celle av kroppen deres; på alle fire trosnivåer og på alle områder av livet deres på den høyeste og beste måten. Takk skal du ha! Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort.»
7. Se (vær vitne) at energien til «følelsen» strømmer inn i den andre personens rom og visualiser følelsen fra Skaperen som sendes som en foss gjennom hver celle i personens kropp, og skaper følelsen på alle fire trosnivåer (kjerne, genetiske, historie, og sjel).
8. Når du er ferdig, skyll deg selv av med det syvende eksistensplanet-energien og hold deg tilkoblet den.

Kommandoer for å laste ned følelser

Bruk følgende kommandoer for å laste ned følelser fra skaperen.

**«Jeg forstår hvordan det føles å...»**

**«Jeg vet...»**

«Jeg vet når...»

«Jeg vet hvordan...»

«Jeg vet hvordan jeg skal leve mitt daglige...»

«Jeg kjenner perspektivet til Skaperen av alt som er...»

«Jeg vet det er mulig å...»

«Jeg er...»

«Jeg gjør...»

## Eksempler på andre kommandoer

Lær definisjonen av [sett inn følelse som skal oppleves] gjennom «Skaperen av alt som er «fra det syvende eksistensplanet. For eksempel: Jeg kjenner definisjonen av tillit gjennom skaperen av alt som er.

Lær hvordan det føles å (være) [sett inn følelse å bli opplevd]. For eksempel: Jeg vet hvordan det føles å stole på.

Lær hvordan det føles å forstå hvordan du [sett inn følelse som skal oppleves] eller å være [sett inn følelse som skal oppleves]. For eksempel: Jeg vet hvordan det føles å forstå hvordan man kan stole på eller å være troverdig.

Lær når du skal [sette inn følelse som skal oppleves]. **For eksempel: Jeg vet når jeg skal stole på.**

Lær at det er mulig å [sette inn følelse som skal oppleves]. **For eksempel: Jeg vet at det er mulig å stole på.**

Lær perspektivet til Skaperen av alt som er og hvordan du [sett inn følelse som skal oppleves]. For eksempel: **Jeg kjenner perspektivet til skaperen av alt og hvordan jeg kan stole på.**

## KAPITTEL 2

# Energitesting

Her følger riktig metode for energitesting. Jeg merker ofte at student/utøvere ikke følger den riktige energitestprosedyren, så enten du er en utøver eller jobber med deg selv, så håper jeg du finner den følgende delen nyttig.

### HYDRASJON

Før energitesting, sørg for at du/klienten er hydrert og energisk fylt opp. En gang tenkte jeg at jeg ikke kunne energitestes, men etter syv glass vann kunne jeg energiteste for programmer. Energitesting fungerer bare hvis du er fullstendig hydrert, og følgende nøkkelpunkter er verdt å merke seg:

- Blodtrykk, astmamedisiner og koffein kan alle påvirke hydrering, så drikk vann før en økt, det kan gjøre en stor forskjell i energitestingsprosedyren. For optimal hydrering, tilsett en klype salt i glasset med vann.

Hvis du har drukket vann du fortsatt ikke er hydrert, plasser hendene på nyrene (plassert på baksiden, under brystkassen) for å aktivere kroppen til hydrering.

- Alternativt er min favoritt-måte for å hydrere er gå opp til Gud og be om å bli hydrert for energitesting.

### ENERGI-TESTMETODER

Det er to metoder for energitesting, avhengig av om du jobber med kunder eller alene:

#### **Metode 1**

Hvis du er en utøver, be klienten holde tommelen og fingeren tett sammen og test «Ja» når fingrene lukkes tett sammen og «Nei» når fingrene slipper naturlig av seg selv.

Når du energitester med denne metoden, må du være observant og sørge for at klienten holder fingrene tett sammen og slipper fingrene på en underbevisst måte som svar på utsagnene de sier.

Når du trekker i klientens fingre for å teste for et «Ja» eller «Nei»-svar, er det viktig å trekke fast, men ikke så sterkt at du skader klienten. Ta godt tak i klientens tommel og finger med begge hendene dine og trekk med jevnt trykk etter at klienten har uttalt troen høyt. Sørg for at klienten gjentar hver tro du tester.

#### **Metode 2**

Denne energitestingsmetoden er egnet for arbeid alene eller med kunder.

Stå mot nord. Når du sier «Ja», skal kroppen din lene seg fremover. Når du sier «Nei» skal kroppen din lene seg bakover. Hvis du ikke lener deg i det hele tatt, er du sannsynligvis dehydrert (se ovenfor).

## ENERGITESTER BØR IKKE DEFINERE ØKTEN

Mens energitesting er et nyttig verktøy - enten du er en utøver eller jobber alene - **er det bedre å la Skaperen veilede økten**. Noen utøvere bruker kun energitest flere ganger gjennom økten, men jeg bruker den i begynnelsen og i slutten av en økt - **energitesting brukes ofte av utøvere som et middel til å definere økten**, energitest bør ikke definere økten, men i trosarbeid lar jeg meg stedet lede av Skaperen.

## ENERGITESTER DET VI TROR

**Energitesting er bare det vi tror er sant**, og derfor kan du for eksempel ikke teste nøyaktig for vitamin- og mineralbehov. Hvis vi trenger et vitamin, vil vi lenne oss mot det vitaminet, fordi kroppen naturlig vil gravitere til stoffer den tror den trenger. Så hvis du har lyst på sjokoladecake, kan det tyde på at du må supplere med selen og serotonin. Hvis du har lyst på Twinkies (sjokoladekjeks) eller bakervarer, trenger du sannsynligvis kalium, så du bør spise vannmelon i stedet. På samme måte er energitesting ikke en definitiv metode for å finne ut hva en person trenger eller hva som skjer.

Sannheten er at hvis kroppen ikke vet hva et mineral eller vitamin er, vil den ikke energiteste nøyaktig for det. For eksempel kan du gå inn i en helsekostbutikk for å energiteste for kosttilskudd, men det er ikke sannsynlig at du noen gang vil energiteste positivt for mineralet molybden (et tungmetall som brukes til å lage legeringer i stål). Imidlertid brukes molybden i små doser som et supplement for å avlaste kroppen for et avfallsprodukt som forårsaker en overflod av en gjær kalt acetaldehyd.

En annen måte å forklare dette på er med en personlig historie. Siden kroppen min ikke bryter ned kalium riktig, vil jeg alltid teste at jeg trenger det. Imidlertid kan jeg ikke ta kalium som et supplement, men jeg trenger å få det gjennom å spise riktig mat - for eksempel banan.

Dette er grunnen til at det er lett å energiteste positivt for 50 forskjellige urtekomposisjoner, men urter fungerer bedre i enkle former

- bruk bare en eller to urter om gangen. (Det er også min mening at urter ikke bør brukes kontinuerlig, og bruken bør være for noen måneder av gangen.)

I tillegg kan klient-utøver-rapporten også påvirke nøyaktigheten av energitesting. For å demonstrere brukte jeg terpentiner i en kopp og la en av elevene mine holde den. Jeg ville energiteste dem for å se om de trengte det, og nok fordi de stolte på meg, ville de gi et «Ja»-svar.

**Dette er grunnen til at du bør venne deg til å gå opp og spørre Gud hva du vil trenge**. Og når det gjelder kosttilskudd og andre urter, er det ditt ansvar å sørge for at disse ikke har noen interaksjoner med andre legemidler som tas.

## UNNGÅ PROBLEMET

Når du jobber med klienter, be dem holde fingrene stramt sammen mens du tester for responsen. Vær imidlertid forsiktig så du ikke trekker fingrene for hardt eller for mykt, da dette også kan endre responsen.

Det er også verdt å være klar over at noen mennesker vil forsøke å unngå problemet ved å påvirke energitesting - spesielt hvis emnet er følsomt for dem. Så observer klienten nøye for å sikre at de ikke prøver å åpne eller lukke fingrene i et forsøk på å manipulere prosedyren. Hvis dette skjer, gjør klienten forsiktig oppmerksom på at de prøver



endre utfallet av graveøkten og energi test dem igjen. Be klienten holde fingrene tett sammen mens du tester for responsen.

#### RASK ØYEBEVEGELSE

Når du jobber med kunder, hold øynene avslappet og la dem bevege seg naturlig som om du er i en drøm. Det er ikke nødvendig å ha raske øyebegivelser, med øynene rullende oppover og bakover, for å komme inn i Theta-tilstand eller for å endre noens tro – det kan få klienter til å føle seg ukomfortable.

#### ØYNE ÅPNE, ØYNE LUKKET

Noen klienter energitester annerledes når de har øynene åpne på grunn av de forskjellige funksjonene i hjernen. **Når øynene er lukket, er personen mer avslappet og koblet sin underbevissthet.** Når øynene er åpne, er personen i kampmodus. Du kan fortsatt laste ned tro i klienten med øynene åpne, men be dem om å lukke deres når du utfører en energitest.

For å finne ut om du har fjernet nøkkeltroen eller programmet, energitest klienten med øynene igjen, test dem for sin tro, for så å be Skaperen om nøkkeltroen og fjerne programmet, test deretter klienten på nytt med øynene åpne og lukkede.

Uansett hvilken energitestmetode du bruker, kan du kun energiteste riktig med lukkede øyne.

#### ENERGIBOBLE: KRYSS OVER ENERGIFELTET

Det er nyttig å forstå at vi er veldig følsomme for kroppens» energiboble» eller «aurafelt». Vi har hver en elektromagnetisk boble rundt oss og er følsomme for at noen bryter dette feltet. Så når du jobber med klienter, pass på at kroppsbevegelsene dine ikke forstyrrer klientens energifelt ved å» krysse over» midtdelen av kroppen deres på en eller annen måte. - da dette kan ha en effekt på tro-arbeidet i økten.

Dette er også grunnen til at det er best å sitte forskjøvet eller rett foran en klient fordi på den måten vil du ikke forstyrre aurafeltet når du tester energi. Du bør også» glide opp» klientens aurafelt med hånden, i en flytende opp-og-ned-bevegelse foran dem, for å reparere eventuelle åpninger i rommet.

#### PROGRAMMER UTTALT HØYT

Enten du jobber alene eller med klienter, kan du ikke energiteste riktig uten å si hvert eneste trosprogram høyt som en verbal uttalelse. På samme måte kan du ikke teste energi ved å bare tenke en tro som at den ikke gir meg riktige svar. Hvis du/klienten ikke gjentar hver overbevisning ved å si det høyt, er energitestingen ugyldig for enhver tro som ikke er uttrykt.

## KAPITTEL 3

### Tro-arbeid og graving: fortid, nåtid og framtid

Når du går bort til vennen din og sier: «La oss gå på kino», dette betyr at du projiserer deg selv som vennen din inn i fremtiden. Når vennen din sier: «Jeg trenger et og et halvt minutt. «Hva betyr dette? Tenk på uttalelsen, «ett og et halvt minutt»...

Enkelt, hverdagslig utsagn betyr at vennen din er i nåtid og projiserer inn i fremtiden på samme tid. Det som antyder er at i alt vi gjør og sier, handler det som gjør at vi er vår fortid, nåtid og framtid er illusjonen om tidens gang. Hjernene våre er hardbarkede til å - akseptere virkeligheten på denne måten.

Folkene kommer til klassen min og sier «Vianna, jeg er bare i nået, jeg trenger ikke å huske fortiden.» Men egentlig handler alt det vi gjør om våre tidligere erfaringer og tidligere historie. Hele verden er basert på fortidens historie.

Vi lærer av det vi har gjort, hva foreldrene våre gjorde, hva alle andre har gjort før oss, og hvordan disse handlingene fortsetter å påvirke oss i nuet, og dermed skape fremtiden.

Når folk sier: «Jeg lever i nået, ikke fortiden eller fremtiden. Jeg lever ikke i nuet, jeg lever bare i øyeblikket,» svaret mitt er som følger: «Det er ikke noe slikt som å virkelig leve i nuet fordi når du innser at «nået» har blitt fortiden. Den eneste måten du kan leve i nuet er å vite hva som er fortiden og at du er det som blir skapt i fremtiden. Om du ønsker å være en god intuitiv og en god healer, må du være i stand til å skape din framtid. «Å gjenskape fremtiden er grunnen til at noen av oss er her.»

Jeg tror noen mennesker leser fantastiske bøker og tar kurs som inspirerer dem til å fokusere på hvor de er i livet. Disse ideene forteller dem å nyte hvert pust, hvert sekund, og feire nået. Men dette betyr ikke at du mister fokus på å betale regningene dine som forfaller i fremtiden, eller at du glemmer at du er et produkt av dine tidligere handlinger og erfaringer.

I prosessen med trosarbeid opplever vi mange slags trossystemer som ble skapt i fortiden. Vi finner ut at mye av grunnen til at vi gjør de tingene vi gjør er på grunn av vår fortid; atferd som dannet underbevisste programmer da vi var barn. Når vi oppdager disse troene, kan vi forandre visse atferder og vaner som voksne for vårt fremtidige selv.

Den smarteste datamaskinen vi vet om er den menneskelige hjerne. Fra første pust du tar inn det fantastiske livssystemet som er menneskekroppen, starter hjernen din opptak om alt som skjer med deg. Underbevisstheten din utgjør 90 prosent av livet ditt, og over tid analyserer den ting, og lærer fra og av dem, og setter dem inn i en atferd. Underbevisstheten klassifiserer ikke atferd som «dårlig» eller bare som læringserfaringer.

***I ThetaHealing kan du ikke gå opp og befale all din negative oppførsel eller dårlig oppførsel å bli borte. Hjernen fungerer ikke slik.***

For eksempel, hvis moren din slo deg når du var et barn og sa: «Jeg elsker deg», beregner hjernen at «kjærlighet» er forbundet med smerte og stress. Derfor kan et program bli skapt at det er **litt farlig å bli forelsket, å ha kjærlighet, eller si til noen: «Jeg elsker deg.»** Dette er en måte at den utrolige intelligente underbevisstheten skaper disse atferdene.

I ThetaHealing bruker vi ikke trosarbeid for å ta bort tidligere minner, men hjelper oss til å bli klar over dem, slik at de kan løses. Minnene våre gjør oss til den vi er, og livserfaringen er viktig. Å grave etter tro gir oss en utvikling av en bevissthet om fortiden, nåtiden og fremtiden.

## Å FORSTÅ FORTIDEN

Vår tro på genetisk nivå dannes før vi blir født. Kroppens DNA kommer fra våre forfedre og troen de bar med seg - tro som hjalp dem i livene deres. Avgjørelser tatt av våre forfedre i deres nåværende tid kan deretter fortsette å påvirke deres etterkommere i fremtiden. Disse troene kan ha blitt sendt ned gjennom deres DNA og kan muligens påvirke hele vesenet til etterkommeren.

Våre forfedre sender ned all slags genetisk informasjon og den beste måten å sortere gjennom alt på er med trosarbeidets gudsgave. Med trosarbeid kan vi jobbe på det genetiske nivået syv generasjoner fremover og syv generasjoner tilbake. Det som er viktig er å bringe frem de gode tingene som våre forfedre ga oss og forstørre dem.

Gjennom århundrene akkumuleres tro på vårt genetiske DNA-nivå. Denne opphopningen av tro kan påvirke oss nå fordi fortiden ikke bare er vår fortid, nåtiden er ikke bare vår nåtid, og fremtiden er ikke bare vår fremtid. Vi er knyttet til våre forfedre i fortiden, til våre barn og slektninger i nåtiden, og våre etterkommere i fremtiden på måter som mange mennesker ikke helt forstår.

***Det er sammenheng mellom alle ting, og dette inkluderer vår begrensede forståelse av tid når det gjelder vårt DNA.***

Vi lærer av våre feil fra fortiden. Men mange av -tro systemene som er integrert i vårt DNA tjener oss faktisk. For eksempel lærte våre forfedre hvordan de skulle overleve, ellers ville vi ikke vært her. Blant de mange ferdighetene som er videreført fra våre forfedres som vi er naturlig født med, er det naturlige ønsket om å hjelpe sine medmennesker. Å hjelpe andre er en god overlevelsesstrategi i et stammesamfunn som måtte samarbeide for å trives. Dette er spesielt sant hvis du er en healer av noe slag; du har lært hatt du har et indre ønske om å hjelpe mennesker og har sannsynligvis en indre genetisk tendens.

Spør deg selv: «Hvilke trosoppfatninger tok du ned som påvirker ditt kjerne-, genetiske, historie- og sjelsnivå?» Dette spørsmålet kan besvares ved å gjøre gravearbeid på historienivå.

Vi tror at vi skaper vår egen virkelighet. Så spør deg selv i din egen sannhet:

**Hva skaper du i livet ditt akkurat nå?**

**Hvorfor er du i dine nåværende forhold?**

**Er du i en god situasjon og er du virkelig lykkelig?**

Står du opp hver dag og sier: «Jeg er glad for å være i live!»? Fortsetter du den lykken gjennom hele dagen, eller har du øyeblikk med absolutt kritikk av deg selv og de rundt deg?

Tar du deg selv i at du går følelsesmessig opp og ned – eller minst tre ganger om dagen? Hvis ja, danner dine følelsesmessige opp- og nedturet et mønster, eller er hver dag helt annerledes?

- Er du sint på deg selv eller på andre?
- Er du opprørt for at familien din ikke er hva du ønsker?
- Er du opprørt over at en venn eller noen andre har skadet/såret deg?

Hvordan du svarer på spørsmålene ovenfor kan ha noe å gjøre med de genetiske programmene dine og er knyttet til generasjoner av våre forfedre som har de samme mønstrene. Mange mennesker kommer fra familier som innpoder de samme trossystemene som har blitt undervist i generasjoner. Å endre disse eldgamle mønstrene kommer når sjelens essens erkjenner behovet for å endre troen din.

#### Å BLI BEVISST PÅ PROGRAMMER FRA FORTIDEN

Når jeg snakker med ThetaHealerne mine som har jobbet med deres tro i svært lang tid, er de ofte helt overbevist om at de har ryddet opp i enhver negativ tro – noe som er sant fordi hjernen vår ikke tror at alt er negativt. De tror de har gjort alt nødvendig trosarbeid og forstår derfor ikke hvorfor livet fortsatt ikke går som de ønsker. De forteller meg at jeg har da gjort alt mitt trosarbeid. Jeg vet ikke hva jeg gjør galt. Det de imidlertid glemmer er at de har jobbet med nåtiden og fremtiden, men ikke fortiden. Fortiden deres handler ikke bare om dem, men er også påvirket av deres forfedres tro.

Du kan ha en tro på at du er redd for å stole på noen eller at livet er fylt med tristhet eller at du alltid er klar til å kjempe. Hvorfor har du disse troene? Hva er det som bærer dem inni deg, eller hvorfor har du en tendens til dem?

#### Trosarbeid eksempel en:

Klient: «Jeg må alltid kjempe for alt.»

Vianna: «Når begynte dette? Når fikk du først denne følelsen av at du alltid må kjempe?»

(Denne klienten var som mange andre da jeg stilte dette spørsmålet; han gikk tilbake til fortiden i et minutt før han snakket)

Klient: «Å, jeg husker ikke, det har alltid vært der.»

Vianna: «Vel, hvis du husket, når begynte det?»

Klient: «Det begynte da jeg var to, jeg husker at broren min kom inn og slo meg opp, og hvis jeg lot ham banke meg opp uten å slå tilbake, ville jeg få store problemer - fysisk, mentalt og følelsesmessig - så jeg lærte hvordan å sloss.»

Vianna: «Er dette virkelig da det startet?»

Klient: «Ja, jeg tror det.»

Vianna: «Hva lærte du av dette og hva oppnådde du av det?»

(Alt dette kommer fra fortiden da klienten var barn, selv om noen ganger vil folk gå dypere enn barndomsopplevelser.)

Klient: «Jeg lærte at jeg måtte kjempe for det jeg tror på.»

Vianna: «Hvor lærte du det?»

Klient: «Jeg vet ikke, jeg husker bare at jeg alltid kjempet.»

Vianna: «Vel, hva slags minner har du om det?»

Klient: «Min bestefar kjempet i borgerkrigen på unionssiden. Min bestemor var på den konfødererte siden, så det var aldri fred mellom dem.»

Hvis du begynner å stille denne typen spørsmål om og om igjen, vil folk gå inn i fortiden til sine forfedres tro. Vi kan også komme opp med svar som er mye dypere enn denne tiden og stedet, og slik kan det hjelpe vår egen genetikk. Hvis du ikke kjenner til DNA-blanding din, kan du få en DNA-test for å finne ut hvordan den forholder seg til forholdet mellom europeisk, asiatiske, afrikansk og indianerarv. Å forstå Når du har denne informasjonen, kan du bruke den til å låse opp dine forfedres tro.

Andre måter som kan hjelpe oss å gå dypere inn i historienivået er med et krystalloppsett, som kan bidra til å avdekke hvor disse forskjellige mønstrene startet. Du trenger ikke å huske hvor eller hvordan mønsteret begynte å innse at det kom fra dine forfedre. Så kan du spørre: «Tjener denne troen meg nå?» Du kan oppdage at det ikke gjør det.

#### FORFEDRE FORDOMMER

En ting som ikke tjener oss på denne jorden er fordommer, men vi kan bære forfedres fordommer som går hundrevis, til og med tusenvis av år tilbake, og som ikke lenger er nyttige for oss i moderne liv. Likevel er disse fordommene ofte begravd så dypt inne i det ubevisste at de er på et genetisk nivå. Når du begynner å grave ser du hvordan fortid, nåtid og fremtid henger sammen. Og alt det er nødvendig å lære er medfølelse, vennlighet og evnen til å kommunisere; dette er de tingene som vil hjelpe planeten i nåtid og fremtid.

For å identifisere forfedres fordommer, kan du begynne med å spørre: «Hva ville skje hvis du ikke har fordommer?»

Klienten vil sannsynligvis svare i retning av, «Disse menneskene kunne overta meg.»

Som svar kan du si: «Er dette følelsen din eller kommer den fra noe annet?» Deretter energitest for følgende programmer:

**«Jeg har fordommer mot denne rasen.»**

**«Jeg er redd for at jeg vil bli overmannet av denne rasen.»**

**«Jeg er redd for at denne rasen vil ødelegge meg.»**

Hvis energitesten er positiv for disse eller lignende programmer, kommer de sannsynligvis fra fortiden og kan endres.

#### ØYNE: ET VINDU TIL GENETISK TRO

Mange problemer med øynene kan også være gamle genetiske oppfatninger som du bærer på ubevisst. Øynene er sjelens vinduer, og hvis du begynner å rydde opp i noen relaterte tro, kan synet ditt også forbedres.

Følgende er noen tro som kan assosieres med øynene. Energitest for disse programmene høyt med lukkede øyne:

**«Jeg ser ting bare slik jeg vil se dem.»**

**«Folk lurar meg.»**

**«Jeg føler meg håpløs.»**

**«Jeg føler meg kjærlighetsløs.»**

**«Ingen kjenner meg egentlig.»**

**«Ingen kan virkelig se meg.»**

**«Jeg er usynlig.»**

**«Jeg er mine tidligere feil.»**

**«Hevnen fortærer meg.»**

**«Jeg er redd for fremtiden.»**

**«Jeg er redd for nået.»**

**«Jeg respekterer og ser andres plass.»**

**«Andre mennesker respekterer og ser meg.»**

**«Jeg føler meg krenket av de rundt meg.»**

Hvis energitesten gir et «Ja»-svar for disse programmene, kan det hende du trenger trossarbeid. Enten du jobber med deg selv eller med en utøver, still følgende spørsmål for å forstå hvordan og når problemet startet:

Når begynte denne troen?

- Begynte det nylig?
- Begynte det i barndommen din?
- Begynte det med dine egne erfaringer eller er det noe som bare er et faktum?

Hvis det er et faktum når det gjelder personen, er det sannsynligvis genetisk, og deres forfedre måtte sannsynligvis forholde seg til mange svikefulle mennesker. For eksempel, hvis noen har troen på «folk bedrar meg, bør du spørre: «Når trodde du først at folk lurte deg?»

Svaret kan være: «Jeg følte at jeg ble lurt da jeg var åtte år gammel.»

Når klienten forstår at de ble lurt som barn, vet de hvorfor de ikke stoler på noen. De forstår at de fortsetter å bringe folk til dem som lurar dem fordi dette er noe de har lært. Det neste trinnet er å lære dem hvordan det føles å bli respektert.

Hvis klienten sier: «Folk bedrar meg alltid, det er alltid det folk gjør», så vet du at det er en gammel genetisk tro. Noen av klientens forfedre visste ikke hvordan det følte å bli fullstendig respektert.

Det kan være sant at de blir lurt, men hvis de tror at alle lurer dem, vil disse være den typen mennesker de tiltrekker seg.

Jorden er fylt med alle slags fantastiske mennesker, men hvis du tror de vil lure deg, vil de komme til deg som en magnet.

Så kan du spørre: «Er det nødvendig å frigjøre denne troen for at du skal gå videre?» Og test deretter for følgende tro:

«Jeg kan se gjennom folk før de lurer meg.»

«Jeg kan unngå folk som lurer meg.»

Hvis disse programmene energitester med et «Ja»-svar, lærer klienten å unngå svikefulle mennesker. Hvis de tester med et «Nei»-svar, kan du lære klientens celler på nytt hvordan det føles å gå videre fra denne leksjonen med riktig nedlasting.

Som jeg beskrev i kapittel 1, er nedlastinger en måte å overføre følelser på gjennom Skaperen og kan lære kroppen og sinnet forskjellige måter å tenke og gjøre ting på, samt hjelpe trosarbeid. Det er mulig å laste ned et enormt antall følelser og føle seg bedre om livet som et resultat, men du bør alltid forstå hvorfor du skaper din nåværende virkelighet.

Tros økt 1: Fortid, nåtid og fremtid

Når vi først begynner å gjøre trosarbeid, kan vi energiteste for atferd, ideer eller visse konsepter som klienten ønsker å jobbe med.

Din første spørring bør være «Hva vil du jobbe med?»

Klienten kan svare med: «Jeg vil gjerne jobbe med hvorfor jeg ikke kan tjene penger.

Dette er når du kan komme i kontakt med datamaskindelen av

klientens hjerne ved å stille spørsmål ved hjelp av Hvem? Hva? Hvor?

Hvorfor? Og hvordan? - som følgende eksempel illustrerer:

Vianna: «Hvorfor kan du ikke tjene penger?»

Klient: «Fordi penger er onde.»

Programmet «penger er onde» er vanligvis opprettet i fortiden. Hver gang du kontakter den underbevisste delen av hjernen bør du spørre: «Hvorfor?» Hvorfor er det sånn? Hvordan skjedde det? Hva? Når? Hvor? På denne måten viser du klienten hvordan han kan gå tilbake til fortiden sin og se hvor denne atferden kommer fra.

Vianna: «Hvorfor tror du penger er onde?»

Klient: «Penger er ondskap fordi bare college-folk har penger og college er ond.»

(Det han sier er at folk som går på college har penger.)

Vianna: «Hva betyr det for deg?»

Klient: «Vel, jeg var ikke smart nok til å gå på college, folk som går på college har en fordel over meg og jeg var dum, jeg var dum.»

Vianna: «OK, hvor begynte det?»

(Jeg så på klienten mens han gikk tilbake i tankene.)

Klient: «Vel, det begynte da jeg var liten. Moren min fortalte meg alltid at jeg var dum.»

Vianna: «OK, hvorfor føler du at du er dum?»

(Han gikk tilbake i tid.)

Klient: «Fordi jeg var en feil, burde jeg aldri blitt født.»

Vianna: «Hvorfor skulle du aldri ha blitt født?» Klient: «Fordi jeg var et uventet barn. Jeg burde aldri ha gjort det, blitt født.»

Akkurat der er nøkkelen troen på «jeg burde aldri vært født,» og det har ingenting å gjøre med penger. Når du finner bunntroen, bring den inn i nåtiden.

Vianna: «Hvordan tjener dette deg nå?»

Klient: «Vel, så lenge jeg er en feil, trenger jeg virkelig ikke å prøve. Jeg var en feil, så jeg har ikke noe press til å være mer enn det.»

(Det er her klientens kjede av tro kom inn i nåtiden.)

Vianna: «Hvis du endrer dette, hva vil skje? Hvis vi endrer dette og virkelig er verdt noe, hva ville hende da?»

Klient: «Hvis jeg er viktig, hvis noe skjer og det forandrer livet mitt, så må jeg være ansvarlig og gjøre noe med livet mitt - men jeg er redd for å mislykkes.»

(Det var her klienten gikk inn i fremtiden.)

Som du kan se at trossarbeidet kommer fra fortiden til nåtiden og inn i fremtiden. Hvis vi bare fokuserte på «nået» ville ikke klienten vært åpen for endring og vekst.

Trossamling 2: Fremtidsarbeid

Å manifestere er i sin natur et middel til å projisere endringer eller kreasjoner inn i fremtiden. Siden dette er relatert til trossarbeid, kan du tilby klienten en bevissthet om hva en manifestasjon betyr for dem i fremtiden.

Vianna: «Hvis du hadde alle pengene du noen gang ville ha, hva ville du lage?»

Klienten tenker over dette spørsmålet og går inn i fremtiden med tankene sine.

Klient: «Jeg ville skape et enormt vellykket helbredelsessenter.



Men når klienten begynner å skape det i tankene deres, begynner de å reflektere over hva det å ha et helbredelsessenter egentlig betyr.

Klient: «Hvis jeg oppretter et helbredelsessenter, må jeg bli der hele tiden. Jeg måtte være der hele tiden. Jeg ville aldri fått min frihet. Jeg ville aldri ha tid for meg selv.

Dette er fremtidstro arbeid ved å bruke manifestering og eksemplet ovenfor viser hvordan det bevisste sinnet hjelper underbevisstheten til å plutselig forstå konsekvensene av manifestasjonen og hvordan flere utfall er mulige. For det første kan underbevisstheten blokkere manifestasjonen fordi den oppfatter den som en trussel. For det andre kan klienten ha begrensende frykt og tro å jobbe med. For det tredje vil de virkelig ikke ha manifestasjonen.

Vi setter oss selv i visse situasjoner og omstendigheter som beskytter vårt velvære (på et eller annet nivå).

I virkeligheten hindrer disse situasjonene oss fra å gå videre inn i fremtiden.

Hvis du ser på den nåværende situasjonen i livet ditt og er i det nåværende øyeblikket, kan du stoppe for å spørre: «Hvordan tjener denne situasjonen meg i nuet?» Da kan du finne på alle de forskjellige tingene du lærer av det. Hvis du spør: «Hva ville skje hvis situasjonen endret seg?» da kan du bli klar over, og jobbe gjennom, all frykten for hva som kan endre seg i fremtiden.

Frykt kan begynne i fortiden, men er alltid i fremtiden. Underbevisstheten begynner å reise inn i fremtiden for å anta det mest sannsynlige utfallet. Den starter et sannsynlig scenario med hendelser den tror kan skje. Sinnet går da på jobb og spekulerer i fremtiden og tenker: Hvis dette skjer, så vil dette skje og hvis dette skjer, vil dette skje og så videre. Ved å gjøre dette, du frykten og deretter passere gjennom det. ansikt

#### PROGRAMMER FOR KRITIKK

Som ThetaHealere bør vi utforske trossystemene du legger merke til at du står opp om morgenen og blir sint på barna dine for ikke å være det du vil at de skal være, du kan ha arvet en genetisk tendens til kritikk. Det er imidlertid verdt å huske at kritikk også er en av våre overlevelsesmekanismer fordi den er nødvendig for god dømmekraft – for å hjelpe oss til å holde oss trygge og være forsiktige når det er nødvendig. Faktisk, evnen til å sammenligne andre med våre egne idealer, og å kunne si: «Dette er ikke det jeg vil være, det er en bare av mange fantastiske trossystemer jeg har lært av mine forfedre.

Så riktig dømmekraft er nyttig i visse deler av livet vårt, hvis jobben din er en filmkritiker, så kanskje du ønsker å beholde den typen dømmekraft - men hvis du er opptatt med å kritisere foreldrene dine, familien din, søsknene dine, vennene dine, og så videre, du bruker enorme mengder energi som kan brukes til å helbrede, skape din verden og din virkelighet. Hvis du spør hjernen din hvorfor du trenger den, kan hjernen din gi deg «Hvis jeg ikke endrer meg, trenger jeg ikke å mislykkes, jeg trenger ikke å prøve, jeg trenger ikke å oppnå noe, jeg kan bare bli her i limbo.

En av de fremste oppfatningene som holder oss stivnet i nåtiden er negativ kritikk av oss selv og andre.

Noen mennesker sender faktisk ut et signal som lar andre kritisere dem ved å sende tankeformen» Hvis jeg ikke gjør det riktig, kommer alle til å legge merke til det. Ville det ikke vært bedre å endre denne oppførselen?

Bruk følgende spørsmål for å grave etter nøkkeltroen:

- Når begynte det?
- Hvordan hjelper det deg?
- Hva gjør det for deg, foruten å holde deg i limbo?
- Holder det deg i limbo, slik at du kan hvile?
- Holder det deg i limbo, så du slipper å prøve på et par dager?
- Gjør at du føler deg bra?

Som ThetaHealers har vi en måte å gå inn og se folks liv på. Hvis du intuitivt kan se inn i en annen persons liv, har du lært å leve uten å kritisere dem i det andre øyeblikket. Når du ser inn i dem, og du ikke forhåndsdommer eller kritiserer dem, kan du se deres sanne hjerteintensjon. Hvis vi kan se det sanne hjertets intensjon, ville vi forskjøvet oss fullstendig i oss selv. Hvis vi kunne skifte fullstendig, hva ville skje? (Dette er den fremtidige måten å stille et spørsmål på.)

Vel, hvis vi skifter helt, ville vi forandret oss så vi ikke ønsker å bli på denne planeten: vi ville utvikle oss, vi så mye som ville blitt en høyere livsform, og kanskje ønsker å ta familien med oss. Vi ville bli en åndelig essens - en åndelig vibrasjon - og forlate denne verden. Kanskje du kan nå se hvordan selv små atferder som kritikk kan forankre oss i mønstre som forankrer oss til denne jorden, til denne eksistensen.

## Sladder, spinn og splittelse

Sladder, spinn og splitting er alle former for uvennlig dom og kritikk av andre og kan hindre oss i å utvikle oss. Jeg har alltid trodd at sladder var å ta sannheten og forvrengte den litt, men dette kalles faktisk «spinn». **Spinn er når noen har lært å vri sannheten til deres fordel** og kan inkludere å splitte folk som forteller akkurat nok av sannheten til å få to eller flere mennesker til å vende seg mot hverandre i et forsøk på å gi fordel til splitteren. Vanlig sladder er alt som kan skade andres følelser hvis de hørte det, mens ondsinnet sladder dikter opp slemme, uvennlige løgner.

Disse handlingene - spinn, splitting og sladder - opptar sinnet og indikerer mangel på ansvarlighet og manglende evne til å oppnå i livet. Hva skjer i livet ditt? Er du i limbo? Sitter alt fast i livet ditt? Klarer du ikke å manifestere mer penger enn du absolutt trenger? Hvordan fungerer sinnet ditt for deg?

Husk at sinnet ditt alltid jobber for deg. Den prøver alltid å hjelpe deg. I ThetaHealing lærer vi ikke bare hvorfor du gjør det du gjør, men å ha medfølelse med deg selv når du innser at sinnet ditt ikke er ondsinnet; den prøver ikke å sabotere deg, den prøver å hjelpe deg.

Hvis sladder/eller kritikk holder deg i limbo, bruk følgende nedlastinger:

«Jeg vet hvordan jeg skal leve uten å sladre om andre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal leve uten å sladre ondsinnet om andre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal leve livet mitt uten å skape spinn om andre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal leve livet mitt uten å splitte menneskene i mitt liv.»

«Jeg vet hvordan jeg skal ha tålmodighet med andre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal se sannheten i andre uten å rive dem fra hverandre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal akseptere andre uten å være som dem.»

«Jeg vet hvordan det føles å leve uten å kritisere meg selv.»

«Jeg vet hvordan det føles å leve uten å kritisere andre hele tiden.»

«Jeg vet hvordan jeg skal leve uten å være i limbo.»

«Jeg vet hvordan jeg skal se sannheten om andre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal stoppe meg selv når jeg begynner å gå inn i gamle mønstre av kritikk.»

#### OPPLEVER FRAMTIDEN

Hvis du ikke kan finne ut hvorfor du har en tro, er den sannsynligvis forfedres. Så kan du stille spørsmålet: «Hvorfor trodde mine forfedre på dette?» Og du får nok svar.

**Da kan du si:**

**Er jeg ferdig med dette?**

**Trenger jeg dette i livet mitt?**

**Hva vil skje hvis dette ikke er i livet mitt?**

På dette tidspunktet vil du ha fullført de forskjellige nivåene der du kan jobbe med en tro. Og mange ThetaHealere finner fortidens bunn- eller nøkkelhistorietro, men går aldri videre til:

- **Hva ville skje hvis jeg endret dette?**
- **Hvordan hjelper dette meg?**
- **Hva vil skje hvis jeg endrer dette?**

Hvis du stiller disse spørsmålene, vil du få en bedre forståelse av hva som vil skje i fremtiden.

#### SKIFTE TRO

Vi trenger ikke alltid å gjøre trosarbeid for å endre en tro fordi ofte, når vi innser at vi har en vane, kan hjernen vår endre den. Hjernen fungerer som en sansende datamaskin og vil endre vaner når den ser at det er nødvendig og gjør dette hele tiden. For eksempel noen som gjentatte ganger har

voldelige forhold kan gjenkjenne at de fortsetter å gjenta det samme mønsteret, og deretter finne en partner som virkelig elsker dem fordi leksjonen om overgrep har blitt lært.

Men i trosarbeid kan vi skifte tro mye raskere ved å gå opp i en Theta-hjernebølge, lokalisere troen og endre den raskt og effektivt. Å skifte en tro betyr at vi oppdager at mønsteret ikke lenger er nødvendig på en eller annen måte, men at vi ikke nødvendigvis slipper det og erstatter det fordi det kan være en læringserfaring fra fortiden som har en eller annen verdi. **En av de største feilene folk gjør i ThetaHealing er ganske enkelt å frigjøre tro før de forstår hvordan det har hjulpet og tjent dem.**

Et godt eksempel på dette er troen på: «Jeg avla en ed om fattigdom. Mange mennesker blir inspirert til å befale alle eder om fattigdom å bli borte. Men å endre alle tidligere eder på denne måten vil forsøke å flytte alt, fremover og bakover i historien. Dette betyr at hvis noen i vår tidligere historie også lærer denne leksjonen, vil troen komme tilbake. Hvis du energitester positivt for programmet «Jeg har en ed om fattigdom», så er svaret å gå opp og kommandere, «Denne eden er fullført», og så kan du gå videre. Dette forskyver troen i stedet for å forløse den.

Skiftende tro handler om å endelig være i stand til å forstå din fortid, nåtid og fremtid; forstå hvor troen kommer fra og hvordan de hjelper deg å forstå deg selv. Ingenting i livet er uten mening.

***Alt har mening. Alt du har gjort, alt du har opplevd,  
gjør deg til den du er.***

Bruk følgende nedlastinger for å hjelpe deg videre:

«Jeg vet hvordan det føles å leve uten å sitte fast i fortiden.»

«Jeg vet hvordan det føles å omfavne min fortid, nåtid og fremtid for å gå videre.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå min fortid, nåtid og fremtid for å skape en bedre virkelighet.»

«Jeg vet hvordan det føles å være viktig for mine forfedre.»

# Kapittel 4

## PRINISIPPER FOR GRAVING

### I dette kapittelet skal vi dekke prinsippene for å grave etter nøkkelen eller bunntroen.

#### 1. LAST NED TRO

Det er noen snarveier til å grave etter nøkkel- eller bunntroen, men mange utøvere unngår gravearbeid og bruker i stedet bare nedlastinger i en trosarbeidsøkt. Å laste ned følelser er en helbredende kunst som brukes i trosarbeid for å introdusere eventuelle følelser som kreves. Men nedlastinger er bare en del av trosarbeidet og vil ikke alltid frigi nøkkeltroen.

Når du lytter til kundens uttalelser, kan de selvsagt indikere behovet for nedlastinger. Noen gode indikatorer er når en klient sier: «Jeg vet ikke hva det er» eller «Jeg vet ikke hvordan det føles. **Nedlasting av følelser kan da bidra til å stikke hull på boblen eller skjoldet som underbevisstheten har laget rundt nøkkelen tro, som beskrevet i introduksjonen - men kan ikke frigi den. Å laste ned følelser er nyttig, men å grave etter tro er mer effektivt for den generelle helbredelsesprosessen.**

Som beskrevet tidligere i boken er det nyttig å laste ned trosretninger fordi underbevisstheten ikke lett gir slipp på tro hvis den tror de tjener en hensikt. Mens det noen ganger er bedre å laste ned en følelse for å hjelpe frigjøre troen over tid i rekkefølge å bringe det inn i bevisst bevissthet, slik at det kan frigjøres, du må fortsatt finne nøkkeltroen – og dens hensikt – for å være sikker på AT den har blitt forandret.

Husk at enhver negativ tro er knyttet til en positiv tro og må derfor også endres.

#### 2.SPRÅK

Noen kjerneoppfatninger kan ha blitt skapt på et annet språk enn det som brukes i dag. Av denne grunn, gi kommandoen eller forespørselen om å erstatte en tro eller last ned en følelse på alle språk som noen gang snakkes - både på klientens morsmål og de som noen gang snakkes av deres forfedre. Det trenger bare å være én universell kommando for hvert språk.

Eksempel på kommandoen: «Skaperen laster ned denne klienten på alle språk de noen gang har snakket.»

Dette betyr at nedlastingen går inn i klientens rom.

#### 3. FLERE PERSONLIG TRO ARBEID

Når du arbeider med mennesker med en multipersonlighet, eller dissosiasjon, lidelse, aldri beordre at personlighetene integreres i én person. For å gjøre trosarbeid laster du dem ned på hver personlighet.

#### 4. IKKE, ER IKKE, KAN IKKE OG IKKE

Mange psykologer tror at underbevisstheten ikke forstår ordene «ikke»,» er «ikke, «kan ikke» og «ikke». Så, for å få et nøyaktig svar, unngå å bruke disse hjelpeverbene i trosarbeidsprosessen og be klienten om å utelate disse ordene fra sine uttalelser. En klient bør for eksempel ikke bruke et utsagn som «Jeg elsker ikke meg selv», eller «jeg kan ikke elske meg selv.»

For å teste riktig for et program, bør klientens utsagn være «**Jeg elsker meg selv, nei**» eller «**Jeg elsker meg selv.**» Deretter kan du energiteste negativt eller positivt for dette programmet med et «Ja» eller «Nei»-svar. Hvis klienten trenger at programmet endres, kan du erstatte «Jeg elsker meg selv, nei» med «Jeg elsker meg selv.»

Selv om mange psykologer tror at underbevisstheten ikke forstår disse ordene, tror jeg at mange mennesker forstår forskjellen underbevisst. Det finnes imidlertid de som ikke gjør det, så det er fornuftig å unngå å bruke disse først når du begynne å gjøre trosarbeid.

## **5. START GRAVEARBEIDET VED Å STILLE NØKKEL SPØRSMÅL**

Start gravearbeidet ved å stille spørsmål ved å bruke følgende nøkkel-spørsmål?

**Hvem?**

**Hva?**

**Hvor?**

**Hvordan?**

**Når?**

Disse er nøkkelordene er for spørsmål som klienten bruker i grave-økt.

**Når begynte dette?**

**Hvordan hjalp dette deg?**

**Hvem var med deg?**

Dette vil hjelpe deg, ikke bare å se etter negative tro, men også vise hvordan de tjener klienten.

## **6. ULTIMATE SANNHETER: TRO SOM IKKE KAN ENDRES**

Det er noen oppfatninger som ikke kan endres som kalles ultimate sannheter. Her er noen eksempler:

- Utøveren kan ikke programmere noen til å tro at solen ikke kommer opp i morgen eller at jorden vil slutte å snu.
- Utøveren kan ikke programmere noen til å være en hund.
- Utøveren kan ikke endre en annens handlefrihet eller frie vilje.
- Utøveren kan ikke programmere en annen person til å elske noen når de ikke gjør det.

For eksempel hadde en av elevene mine en tro på at hun var Jeanne d'Arc, og jeg la merke til at det førte til utfordringer når studenten ble sammenkoblet med en annen student under trossarbeidspraksis.

Jeg spurte dem: «Hva skjer?»

Studenten i rollen som utøver fortalte meg: «Vi jobber med hvorfor hun må lide hele tiden. Hun tror at hun er Jeanne d'Arc. Uansett hva jeg gjør, kan jeg ikke endre denne troen.»

Utøveren kunne ikke endre denne troen fordi det var en sannhet på en eller annen måte. Det kan være at studenten var genetisk beslektet med Jeanne d'Arc eller hadde en form for forbindelse med henne. I stedet for å trekke ut troen på «Jeg er Jeanne d'Arc», trengte utøveren å endre de tilknyttede programmene rundt energien til «Jeanne d'Arc» som ikke tjente henne, for eksempel jeg må dø for å tjene Gud» eller annet lignende programmer.

Hvis hun måtte lide på grunn av å tro «Jeg er Jeanne d'Arc», kan de negative sidene flyttes uten å kaste bort tid på å jobbe med noe hun trodde var sant. Denne troen trengte bare å lastes ned og så kunne hun fortsette med livet sitt.

På samme måte, hvis noen energitester positivt at ektefellen er utro mot dem, kan det skyldes mangel på tillit og behov for å jobbe med deres tro. Fusk kan være uærlig på en eller annen måte, men det er ikke nødvendigvis å ha en affære med en annen person. Psyken forteller dem at noe er galt, men sannheten er noe som betyr at de må verifiseres. Det kan også være at intuisjonen deres er riktig og at ektefellen er utro mot dem.

Hvis klienten etter å ha jobbet med troen fortsatt energitester positivt for det samme problemet - og ektefellen faktisk er utro - så vil energitesten alltid gi et positivt svar. Til slutt er det viktig å merke seg at du ikke bør prøve å trekke og erstatte en ultimativ sannhet som, «Hva som ikke dreper deg gjør deg sterkere,» fordi dette faktisk er et gunstig trossystem for immunsystemet, og det vil alltid erstatte seg selv.

## **En persons sannhet**

En av mine mer utfordrende elever kom til meg og sa: «Jeg har troen på at «jeg må bevise meg selv for deg.» Jeg endrer det, men det kommer tilbake. Han forsøkte alltid å presse sin vilje på andre, og jeg innrømmer at jeg var redd for å la ham undervise, og da jeg energitestet meg selv, hadde jeg visstnok troen på at han måtte bevise seg for meg. Dette var min sannhet projisert på ham, som han aksepterte. Så jeg endret min tro til «Han må bevise seg for Gud.» Jeg endret også denne troen på meg selv ettersom den gjaldt alle elevene mine, vel vitende om at jobben min bare var å undervise dem.

## **7. IKKE ALL TRO TRENGER Å ENDRES**

Ikke all tro må endres. Jeg har studenter som kommer til meg og sier: «Vianna jeg vil trekke staheten min.» I slike tilfeller foreslår jeg alltid å ikke endre denne egenskapen fordi den også kan være en av deres beste egenskaper. Hvorfor? Fordi stahet gjør en person til den de er, de måtte være sta for å komme dit de er nå.

På samme måte kan du ikke bli sint eller redd. Sinne har et positivt aspekt når hjernen sender alarmsignaler

i tider med fare. Alle blir sinte eller redde fra tid til annen fordi disse begge er menneskelige overlevelsesreflekser. Imidlertid er det mulig å slippe en besettelse av sinne eller spesifikke fryktfobier som ikke tjener oss.

Som et annet eksempel hadde jeg en venn som hadde tvangstanker og ønsket å bli helbredet. Denne nøyaktige egenskapen gjorde henne imidlertid fantastisk til å gjøre papirarbeid, så jeg foreslo at hun måtte beholde en del av troen og endre den for å tjene henne.

Som Steinbukken er en av mine beste egenskaper at jeg er sjefete: Jeg forventer at ting ble gjort i går, og jeg vil gjøre det selv hvis jeg må; dette gjør meg også til en veldig god sjef. Jeg kan se hva som må gjøres og jeg kan multitaske. Jeg giftet meg med en sjefete Væren-mann som, i likhet med meg, tror han alltid har rett, og vi utgjør et flott team. Jeg har også et vondt humør som jeg holder under god kontroll, men mannen min Guy kan fortsatt finne det - det er fantastisk og jeg tror han liker det. Jeg vil ikke endre å ha et temperament, jeg vil bare kontrollere det og reservere det for nødsituasjoner, så jeg ser på det som en egenskap jeg ikke vil endre. Jeg vil være hyggelig og snill, men også vite når jeg ikke skal være det.

Det du tror er din dårligste kvalitet kan endres litt for å være ditt beste uten å endre en eneste tro.

## **8. VERBAL TILLATELSE FOR NEDLASTNINGER**

Noen ganger sier utøvere at andre mennesker har forsøkt å laste ned følelser uten deres tillatelse. Men dette strider mot loven om fri vilje; studentene er bare synske og føler andres negative tanker. Husk at negative tanker ikke kan påvirke oss med mindre vi gir den andre personen vår tillatelse eller aksepterer tankeformen. Jeg tror også at karma eksisterer i noen tilfeller og å behandle andre dårlig kan komme tilbake til deg, men andre kan ikke laste ned eller forbanne deg uten din tillatelse.

For eksempel hadde jeg en lærer som jobbet i et annet land som sa at hun ville forbanne elevene sine hvis de gikk til en annen lærer. Selvfølgelig gjorde hun dette for å skape frykt hos elevene og beskytte praksisen hennes. Da elevene hennes skjønnte at hun ikke kunne forbanne dem, forlot de henne - men en liten mengde frykt gjensto. Har jeg rettet henne? Selvsagt har jeg. Har hun sluttet med dette? Ja. Men skaden er gjort. De gamle elevene forteller de nye elevene hva hun gjorde og energien av det fortsetter og fortsetter. Det er synd, for denne kvinnen er en ganske god healer. Nå kan det være noen mennesker som kan forbanne andre, men det kan aldri skade deg når du sender det til lyset.

### **VIKTIG PÅMINNELSE**

Husk alltid at personen som mottar trossarbeid må gi deg sin fulle muntlige tillatelse til å fjerne og erstatte programmer. Vi har det frie organet til å beholde alle trosprogrammer vi velger. En annen person kan ikke endre disse programmene uten vår muntlige tillatelse. Det vil ikke fungere.

## **9. NEDLASTING TIL OBJEKTER**

I tillegg til å laste ned følelser og tro til underbevisstheten din, kan du også laste ned berikende kvaliteter til gjenstander i hjemmet og på kontoret slik at de omgir deg med positive vibrasjoner. Ethvert livløst objekt kan lastes ned med en positiv egenskap for å forbedre livet ditt, men du blir påvirket av objektet hvis du har reseptoren for det gitte programmet eller følelsen. For eksempel, hvis jeg laster ned sofaen min med vil bare egenskapen å være komfortabel, må personen som setter seg ned på den vite hva komfort er for å oppleve sofaen.



Selv om det også er noen livløse objekter som ikke kan lastes ned, for eksempel jade, må du alltid spørre objektet om du kan laste ned til det først fordi alt som eksisterer har fri vilje. Det er tider når noen objekter vil nekte nedlastingen, men 99 prosent vil gjøre det fordi de akkumulerer energi av sin natur.

Du kan ikke laste ned til mat eller gjenstander for å påvirke folk på en negativ måte, da gjenstanden eller personen vil avvise det. Ethvert objekt kan bare lastes ned for å forbedre kvalitetene det allerede har, ikke negative programmer som det ikke har.

## 10. PÅGANGSARBEID

**Mange utøvere bruker det jeg kaller «plaster-tro» i en økt eller på seg selv. Dette er når de bruker nedlastinger i stedet for å grave etter nøkkeloppfatninger, som illustrert i følgende eksempel.**

Jeg kjører kanskje nedover veien og tenker: «Jeg er så dum, jeg glemte å gjøre det.» Jeg innser at jeg kaller meg selv dum og vet at dette er noe jeg må endre - noe som kan blokkere meg fra å være den personen jeg trenger å bli. Dette kan kreve litt trosarbeid for å finne ut hvor det begynte, men jeg har ikke tid i det øyeblikket, så jeg laster ned «Jeg er smart, intelligent, og jeg har det bra.»

Disse nedlastingene tar ikke lang tid og kan hjelpe meg på en eller annen måte. Men sannheten er at jeg må finne ut hvor det negative programmet startet og hvordan det er eller ikke tjener meg, og hvordan det tjente meg før, for at det skal bli helt klart. Så når du ikke har fullført trosarbeidet, dette kalles «plaster» trosarbeid. Når du har tid, bruk litt plass og grav dypere og fjern eventuelle selvbegrensende overbevisninger i livet ditt.

## 11. NEGATIVE PROGRAMMER

Underbevisstheten vet ikke forskjellen mellom et negativt og positivt program eller nedlasting, så vi kan ikke bare befale at alle negative programmer forsvinner umiddelbart. Husk alltid at det er det bevisste sinnet som tar avgjørelsen mellom et negativt eller positivt program eller nedlasting.

## 12. LAST NED NEGATIVE PROGRAMMER

Underbevisstheten er også smart ved at den ikke vil akseptere negative nedlastinger 99 prosent av tiden, men aldri si ja til en. Underbevisstheten vet ikke alltid forskjellen mellom nedlastinger og negative eller positive overbevisninger, derfor er det ikke en god idé å laste dem ned. Hvis underbevisstheten aksepterer en nedlastet negativ følelse, er det akkurat det det vil skape. Det er det bevisste sinnet som tar avgjørelsen mellom negative eller positive programmer eller nedlastinger.

Selv noen programmer som vi i utgangspunktet kanskje synes er positive kan ha en merkelig effekt. For eksempel å laste ned programmet «Jeg vet hvordan jeg skal leve av ingenting», når det du virkelig ønsker er overflod. Det samme gjelder å laste ned følelse og kunnskap om «Jeg kjenner perspektivet til depresjon fra Skaperen av Alt Som Er», siden det er akkurat det du vil få - den absolutte rene essensen av depresjon. Selv om du følger opp med **«Jeg vet hvordan det føles å leve uten depresjon,»** eller **«Jeg vet hvordan jeg kan unngå depresjon,»** kan underbevisstheten forsøke å skape depresjonen uansett. **Underbevisstheten din avviser denne typen rare nedlastinger 99 prosent av tiden, men det kan fortsatt være forvirrende og unødvendig.**

For Skaperen har vi den frie viljen til å oppleve livet slik vi velger og vil få akkurat det vi ber om. Dette er grunnen til at vi bør unngå å laste ned negative følelser i et forsøk på å skape et positivt

resultat og bruke en positiv følelse i stedet. For eksempel kan en nedlasting som føles mye bedre være «Jeg vet hvordan jeg skal leve uten å være deprimert» eller «Jeg vet hvordan det føles å leve uten depresjon. Det er også en god idé å unngå å laste ned programmer som ligner på «Jeg vet hva depresjon er «Jeg vet hva overgrep er.»

Det er alltid en positiv grunn til at underbevisstheten holder på en negativ nøkkeltro. Dette er fordi underbevisstheten ikke kan skille negative eller positive overbevisninger i kategorier, og hvorfor vi ikke kan befale alle trosoppfatninger å trekkes samtidig. En negativ tro tjener en hensikt på en eller annen måte og holdes alltid på plass av en positiv grunn. I stedet bør du spørre: «Hva får du ut av å ha denne troen?»

En klient kan for eksempel si: «Alt jeg gjør mislykkes.»

På dette bør du svare ved å spørre: «Hva lærte, oppnådde eller fikk du ut av å ha denne troen?!

«Til dette kan klienten svare: «Så lenge jeg tror at jeg vil mislykkes, trenger jeg ikke å prøve, jeg kan bli der jeg er, og jeg er trygg»

### **13. POSITIVE NEDLASTNINGER MED NEGATIVT RESULTAT**

Det er noen nedlastinger som kan anses som positive, men som har rare effekter som forårsaker stress. Et eksempel på dette kan være: «Jeg vet hvordan jeg skal håndtere konflikter. For universet betyr dette at du må lære å håndtere konflikter. Denne nedlastingen vil sannsynligvis føre til konflikt siden det er akkurat det du ber om å lære.

Da jeg var en liten jente unngikk jeg alltid konfrontasjoner fordi jeg var redd for å såre andres følelser, og dette er også grunnen til at jeg ikke visste hvordan jeg skulle si nei. Men da jeg lastet ned meg selv med «Jeg vet hvordan jeg skal håndtere konfrontasjoner», fant jeg ut at jeg hadde flere konfrontasjoner enn noen gang før. Den riktige måten å laste ned dette programmet på er: «Jeg vet når og hvordan jeg skal håndtere konfrontasjoner enkelt.» Nå vet jeg at det sparer mye tid å håndtere enhver konfrontasjon i begynnelsen av en interaksjon, og vite når og hvordan man skal si nei.

Et annet eksempel kan være å laste ned tålmodighet. Skal du ta med deg situasjoner der du trenger tålmodighet for å lære hvordan? Men hvis du laster ned at jeg allerede har tålmodighet, vil det ikke være så mange rare situasjoner for å lære deg hvordan du har det. Med andre ord, hvis du laster ned evner som må øves før du har dem, kan de øves på en mer positiv måte hvis de lastes ned på riktig måte og med riktig energi. For eksempel vil den rette måten være «Jeg vet hvordan, når, og det er mulig å være tålmodig i nået.» (Dette vil eliminere stress.)

For å gi et annet eksempel, opplevde jeg en gang ren glede og lykke i syv dager uten sinne, depresjon, kritikk eller irritasjon - bare perfekt glede. Ingenting plaget meg i det hele tatt før den syvende dagen da jeg lurte på om det var noe galt med meg og da stoppet det; gleden var borte. For å finne ut hvorfor gleden var borte, utførte jeg selvtilitsarbeid med Skaperen og lastet ned meg selv at «Det er OK å være glad, konstant.»

Når du oppnår dyder, vil du oppdage at dine evner vokser på samme måte. Sjelen din er faktisk inspirert til å lære vennlighet, glede og tålmodighet. Men når du laster ned disse følelsene, bruk energien fra ordene: «Jeg vet allerede hvordan jeg skal ha tålmodighet, vennlighet» og så videre. Etter å ha lastet ned disse dydene, er det fortsatt nødvendig å øve på dem for å lære sinnet hvordan man bruker dem automatisk.

## 14. IMPONERENDE TRO

Ikke alle som besøker en healer vil ønske å gjøre gravearbeid, men de vil sannsynligvis trenge det. Mens du leser, vil du se om klienten har trosproblemer, men det er også viktig for å unngå å påtvinge dem din tro, BRUK riktig-prosedyren for energitestning og sikre at uttalelsen sies høyt for å forhindre at dette skjer. Dette er fordi vi kun energitester riktig utsagn av programmet høyt. Tenker de tanken uten å uttrykke ordene høyt vil ikke energitestningen fungere.

Følgende eksempel illustrerer:

En av elevene mine ble veldig opprørt fordi hun fant ut at faren hennes hadde forulempet henne som barn.

Vianna: «Hvordan fant du ut at dette skjedde?»

Student: «Jeg energitestet for det.»

Vianna: «Du sa faktisk ordene høyt «min far misbrukte meg som barn?»»

Student: «Nei, utøveren «tenkte» på programmet, og sa at jeg energitestet positivt for det.»

Vianna: «La meg energiteste for dette programmet. Si, «min far misbrukte meg» høyt og lukk øynene når du sier det.

Hun testet med et «Nei»-respons for programmet, så jeg tok henne til en transetilstand, til barndommen hennes). Hun hadde ingen problemer fra fortiden, og kunne fortsette å elske faren sin som hun alltid har gjort.

## 15. NÅR EN KUND SIER: «JEG VET IKKE»

Når noen sier «Jeg vet ikke» i en økt, kan utsagnet bety flere ting. Noen klienter vil gå i sirkler og sier «Jeg vet ikke» ved hvert søk. Dette kan bety:

**De er virkelig usikre på hvordan de har det.**

**De unngår et sensitivt emne eller deres underbevissthet beskytter nøkkeltroen.**

**De vet virkelig ikke hvor en tro har kommet fra.**

**Hvis noen sier: «Jeg vet ikke» under graveprosessen, spør, men hvis du (tror du) visste det?»**

**Dette spørsmålet vil stimulere en respons fra klienten som kan føre til nøkkeltroen.**

Hvis dette ikke fungerer, er dette ditt signal til å prøve å laste ned følelser som klienten kanskje ikke kjenner som, «Jeg vet hvordan det føles å være trygg» eller «Jeg vet hvordan det føles å bli elsket.» Dette kan hjelpe deg med å veilede deg til nøkkeltroen.

## 16. NÅR EN KLIENT IKKE HEALES?

Vi samarbeider med leger for å få til helbredelse, men noen ganger holder folk fast ved en sykdom eller en tro fordi de tror helbredelse er umulig eller av en annen grunn. For eksempel hadde jeg en gang en student som gjorde tre vellykkede helbredelser etter de

lærte ThetaHealing. De tre første øktene fungerte og den siste gjorde det ikke, og på grunn av dette sa klienten: «Jeg er ferdig med ThetaHealing, det fungerte ikke.» Imidlertid kan følgende årsaker også hindre en klient i å helbrede:

Utøveren er ikke snill eller viser bekymring.

Utøveren er redd for sykdommen.

Utøverens ego.

Utøveren projiserer sin egen tro i stedet for den andres.

Utøveren føler seg såret når den andre personen ikke leges umiddelbart.

Utøveren er knyttet til resultatet av RESULTATET fra en økt.

For meg er det verdt det hvis én av 10 personer blir friske.

***Hvis du endrer noens tro og lar dem vite at Gud elsker dem, er det en helbredelse. Og hvis noen ikke helbreder, så tøm tankene dine og spør Gud hvorfor helbredelsen ikke virker.***

Jeg vet umiddelbart om helbredelsen kommer til å virke når klienten sier: «Jeg har (for eksempel denne sykdommen) og det er ikke noe noen kan gjøre.» Et annet utsagn er «Den eneste måten jeg kan bli bedre på er å få en operasjon.» **Så skal jeg gjøre en healing for at de skal få en god operasjon. Jeg kan trene noen til å gå dypt inn i en Theta-tilstand, og de kan være den beste healeren, men hvis klienten ikke ønsker å bli bedre, er det ikke mye noen kan gjøre.** Men, som healer, hvis vi alltid er knyttet til Skaperen, så tror jeg at 90 prosent av healingene vil fungere når klienten er mottakelig for prosessen.

Jeg opplever også at det hjelper å jobbe med klienter i Sivananda Ashram fordi de tror de kan bli bedre. I disse tilfellene, fordi de tror på helbredelse, finner jeg ut at jeg ikke trenger å gjøre trosarbeid; Jeg bare gjør en healing og de blir bedre. **Vi må også akseptere den uforanderlige sannheten at mennesker dør, og som healere kan vi hjelpe dem å gå til lyset når de gjør det.**

## **17. FORSTÅ PROSESSEN**

Å være en effektiv utøver av trosarbeid betyr å la klienten gjenkjenne problemene selv. Selv om du ikke finner nøkkeltroen i økten, er det sannsynlig at klientens underbevissthet vil innse at det er noe som må endres (så lenge den ikke oppfatter endringen som en trussel).

## **18 UNNGÅ DRAMAET**

Unngå å bli følelsesmessig viklet inn i dramaet til klienten. Alle følelser som dukker opp, angår klienten og ikke deg. Uansett hva klienten gjør eller sier, må du forbli nøytral for å kunne hjelpe dem. Denne klarheten kan oppnås ved å jobbe med våre egne problemer, selv om jeg innser at dette er vanskelig noen ganger. Når jeg blir følelsesmessig engasjert i en klient, går jeg til Skaperen og ber om følelsen om kjærlighet og medfølelse fordi dette er forskjellig fra emosjonelle sammenfiltring.

Det vil være tider når en klient kommer inn for en lesing og blir emosjonelle og kan til og med ende opp med å rope og kjeft på deg. En slik opplevelse kan raskt sette deg ut av balanse, men 9 av 10 ganger, vil det ikke ha noe med deg å gjøre. I tilfeller, pass på å unngå å ha et følelsesmessig sammenbrudd foran en klient, da det bare vil blokkere deg fra å være vitne til healingen. Spør også Skaperen om klienten trygt kan være en nær venn før du gjør dem til en.

Healere har utfordringen med å bo i et positivt, sunt rom, ofte lever de under de mest ugunstige forhold. For å ta vare på andre, må du først ta vare på deg selv.

Uten engang å vite det, kan du behandle en klient på samme måte som deres negative underbevissthet projiserer. I tanke og handling, i talte ord og i handling, må vi behandle andre med intuitiv vennlighet. For å gjøre dette er det viktig å vite forskjellen intuitivt mellom dine følelser, programmer og tro og andres.

## 19. ENDRING AV ENERGIEN

En viktig ting å huske er at hvis du ikke liker klienten din, kan det hende at de ikke blir bedre. Når dette skjer, er svaret å bruke tid på å jobbe med troen din når den er relatert til visse klienter.

Jeg hadde en gang en klient som var uvennlig mot kontorpersonalet (som også var barna mine). Så da jeg snakket med denne spesifikke klienten, var jeg ergerlig over hvordan hun hadde behandlet datteren min. Frustrert over hennes manglende fremgang, gikk jeg opp og spurte: «Gud, hvorfor blir hun ikke bedre?»

**Gud sa: «Du må like henne, Vianna.»** Så jeg jobbet med min tro, og neste gang hun ringte kontoret var hun hyggelig mot alle. Hun kunne uten tvil på et eller annet nivå fornemme hvordan jeg følte det, og da jeg endret oppfatningen min om situasjonen, gjorde hennes det også.

## 20. DOBBELT TRO ( også kaldt kryssende tro)

Under graveprosessen forsvinner vanligvis dobbelttro når du finner nøkkeltroen. For eksempel hadde jeg den doble troen på: Jeg er rik» og «Jeg er fattig.» Sunn fornuft vil si å se etter en motsatt tro fordi, tross alt, går også brukskontoen min opp og ned, så jeg gikk opp til Skaperen for å spørre hvorfor.

Vianna: «Hvorfor har jeg bare nok penger til å gå fra en måned til den neste?»

Skaper: «Hva er du bekymret for? Du har alltid nok måned til måned.»

Vianna: «Hvorfor er dette?»

Skaperen: «Penger inspirerer deg til å gjøre healing. Så lenge du må tjene penger går du på jobb hver dag. Du må betale regningene dine, og dette inspirerer deg til å bli healer.»

(Skaperen fortalte meg ikke at det var på grunn av å ha en dobbel tro fordi det er nøkkelen eller bunnstroen som er viktig.)

Vianna: «Å nei, Skaper, jeg ville fortsatt gå hver dag hvis jeg hadde mye penger!»

Skaperen: «Virkelig? Forrige onsdag følte du deg ikke bra, men du dro på jobb og helbredet en liten jente. Men hvis du hadde hatt rikelig med reservepenger, ville du ha blitt i sengen, så du burde lære deg å bli healer uten at penger var din inspirasjon.»

Etter denne trosarbeidsøkten, fokuserte jeg på nytt på healing for kjærlighet og for at min økonomiske situasjon skulle endre seg. Men noen ganger kommer ikke trosarbeid ned til å ha en dobbel tro, men «Hvorfor skapte jeg dette i livet mitt?» Dette betyr ikke at folk ikke har dobbel tro i graveprosessen, men at du bør fokusere på den underliggende eller nøkkeltroen.

En ting som noen ThetaHealere sier etter å ha praktisert trosarbeid i noen år, er at de har gjort alt sitt trosarbeid og har ingenting igjen å jobbe med. Til disse menneskene sier jeg: «Fint, men uten videre trosarbeid vil du ikke utvikle deg,» fordi egoet vårt er vår verste fiende.

## 21. HARME OG NAG

Hver person i livet ditt tjener deg på en eller annen måte. Hvis en bestemt person gir deg en vanskelig tid og gir motstand i livet ditt, er det kanskje måten de er motivert på. Motiveres de av individer som skaper motstand i livet deres? Spør dem om menneskene i livet deres og hvordan de påvirker dem.

Du kan også frigjøre individuelle harme ved å bruke trosarbeid, men du må også frigjøre eventuelle relaterte nag på samme tid. Du kan gjøre dette ved å spørre klienten om de har et nag til noen eller noe som tjener dem.

## 22. KOMME NÆR NØKKELTROEN

Du vil vite når du er nær ved å nå nøkkeltroen når du (eller klienten) begynner å bli litt ukomfortabel og sliten. Din klient kan si at de ikke vil fortsette trosarbeidet eller bare gi opp. Dette er fordi det er underbevissthetens siste sjanse til å holde på et program som det mener er nyttig. Vanligvis holder hjernen på en tro når den troen er på vårt historienivå (se side 13).

Et godt eksempel er å gjøre trosarbeid med noen med brystkreft. Til å begynne med er klienten bare lykkelig, men etter hvert som trosarbeidet fortsetter, kan de begynne å bli vanskeligere og konfronterende. Når klienten begynner å handle på denne måten, er det en god sjanse for at du er nær nøkkeltroen. Sinne i en trosarbeidsøkt kan også være en indikator på at klienten blir bedre. Når folk blir syke kommer de ofte til det punktet at de ikke lenger bryr seg om å bli bedre og apati setter inn. Sinne i dette tilfellet kan stimulere binyrene deres, øke energien deres og dermed få dem til å ville leve.

En annen indikasjon på at du nærmer deg nøkkeltroen er at klienten kan begynne å gå deg på nervene. Ikke desto mindre bør nøkkeloverbevisningen finnes før slutten av økten, ellers kan klienten oppleve en helbredende krise. Fortsett med økten til klienten er komfortabel og har en fredelig oppførsel.

## VIKTIG PÅMINNELSE

Ikke bruk en notatbok til å skrive notater om kundene dine. Hvis du skriver ned tro, er du ikke til stede og jobber fra hjertet. Dette hjelper klienter til å føle seg trygge, og hvis du blir forvirret eller tapt under økten, spør Skaperen om veiledning.

## 23. NEDLASTNINGER SOM INDIKERER NEGATIV TRO

I noen tilfeller, når du laster ned en klient med følelser, vil trossystemer frigjøres og til og med indikere at du har nådd en nøkkeltro. For eksempel, hvis du laster ned en følelse, for eksempel «Jeg forstår hvordan det føles å være nådig og snill», kan det ta opp spørsmålet om «det er farlig å være for snill» og «Jeg vil bli utnyttet og bli skadet.» Hvis dette skjer, kan klienten avvise nedlastingen.

I de fleste tilfeller, når du laster ned en følelse, vil klienten føle seg euforisk. Men hvis det er et problem som er i konflikt med nedlastingen til klienten, vil følelsene føre til at de ikke tar det. Av denne grunn, når du er vitne til at følelser blir lastet ned, er det best å spørre klienten hvordan de føler når de aksepterer de nye følelsene.

I ThetaHealing isolerer vi ikke bare overbevisningene som må erstattes, men legger også til nye overbevisninger. Når vi isolerer troen og forstå hvordan det tjener oss i nåtiden, så kan vi se på fremtiden og se om dette er noe vi trenger, om dette er noe vi kan endre, og hvordan vi kan endre det.

Trosarbeid er alltid fortid, nåtid, fremtid; det jobber alltid med hvorfor vi er det vi er og hvordan vi skal forstå oss selv.

## 24. CELLER SNAKKER TIL CELLER

Vi vet at celler i kroppen er sammenkoblet og kommuniserer med hverandre gjennom et uforklarlig språk som ikke er klart definert. Av denne grunn er det også mulig for celler å kommunisere med cellene i en annen persons kropp gjennom projisert tanke. Denne overføringen fungerer på samme måte som vi alle er sammenkoblet gjennom Alt Som Er-energien. På denne måten kan essensen av ren tanke projiseres gjennom fysisk berøring for å kommunisere cellulær informasjon - for eksempel hvordan visualisere, sende bevissthet, - forutsatt at kroppen ikke oppfatter meldingen som en trussel (noe som ofte er tilfelle, hvis klienten har opplevd seksuelle eller fysiske overgrep, fordi berøring må skje med samtykke).

Når du kommuniserer på mobilnivå, er det viktig at du er i en Theta-tilstand. Når du berører klientens hånd inn en Theta sinnstilstand tror jeg at essensen av cellekunnskap umiddelbart overføres som en melding til deres cellulære kunnskap. Denne meldingen setter klienten automatisk inn i en Theta-hjernebølge med deg, og dermed i en gunstig tilstand til å akseptere helbredelser.

Selv om det er verdt å merke seg at det vanligvis tar minst én søvnsyklus før all informasjonen fra cellene blir forstått av hjernen. Og også at cellulær healing ikke erstatter trosarbeid, følelsesarbeid eller graveprosesser fordi klienten må være bevisst klar over følelsene og programmene de aksepterer.

## 25. KUNSTEN AV SELVTRO ARBEID

Å gjøre trosarbeid og grave i deg selv krever litt disiplin, men begge de følgende metodene er effektive for å avdekke tro.

### TRO ARBEIDSMETODE 1

Ved å bruke denne prosessen kan du enkelt søke etter nøkkeltroen for deg selv ved å være både utøver og klient. Tenk deg å sitte foran deg selv, snakke med deg selv mens du er tilkoblet og snakke med Skaperen og energitesting for programmer. Når du jobber med deg selv, akkurat som i en økt

med en utøver må du si hvert program høyt. Du kan gjøre dette ved å gå direkte opp til Skaperen og spørre:

**Når startet dette? Vis meg når dette startet.**

**Hvor gammel var jeg da dette skjedde?**

**Går det dypere?**

**Hvordan hjelper dette meg og hva lærte jeg av det?**

**Hvorfor laget jeg dette?**

**Hvordan hjelper det meg?**

**Hvilken dyd lærer jeg av det?**

**Skaper, hva skal jeg erstatte det med?**

Still disse spørsmålene og få svarene du trenger.

I ethvert trosarbeid forbinder du deg med Skaperen, og det er det alltid en av de mest verdifulle tingene du kan utvikle som en healer. Du spør alltid Skaperen hvor troen fører deg. Vennligst forstå at du kan gå opp og spørre Gud om du har en tro, og du bør høre et «Ja» eller «Nei» svar. For eksempel, hvis du spør Gud hvorfor du er syk hele tiden, kan du få svaret: «Fordi når du er syk, bekymrer du deg ikke for alle tingene i din verden. Du trenger ikke bekymre deg for virksomheten din, barna dine like mye. Du kan fokusere på deg selv og du bruker dette for å unngå å bli stresset.»

## **TRO ARBEIDSMETODE 2**

I denne prosessen, stå mot nord. Når du sier «Ja», skal kroppen din lene seg fremover. Når du sier nei, bør kroppen din lene seg bakover, noe som indikerer en negativ respons. Hvis kroppen din ikke lener seg i det hele tatt, er du sannsynligvis dehydrert, så sørg for å hydrere og prøv prosessen på nytt. (Se også kapittel 2 for korrekt energitestingsmetoder og prosesser.)

Jeg synes at denne metoden er mer effektiv enn selvenegitesting ved å holde tommelen og fingeren tett sammen for å teste «Ja» eller «Nei.» Dette er også en nyttig metode for å teste for et program du ikke vil møte.

ALLTID La Skaperen veilede deg

Skap stille tid til å jobbe med deg selv ved å avtale med deg selv. Vi har en tendens til å unngå å jobbe med oss selv, fordi underbevisstheten forsøker å ta over og starter med å fortelle oss, «Gå og lage middag» eller «Jeg må på jobb.» Dette er underbevisstheten som unngår trosarbeidet fordi det tror den holder deg trygg. Og hvis du har en tendens til å «føle» i stedet for å se ting, er det like godt å føle svaret som å se det. Jeg sier at jeg kan trene folk til å se, men følelsen er gaven.

Spørsmålet som jeg ofte blir stilt er hvordan kan jeg merke forskjellen mellom sinnet og Skaperen?



Når du går opp og kobler deg til Skaperen og stiller et spørsmål, får du et umiddelbart svar. Hvis svaret kommer fra ditt sinn, vil du bli fortalt noe sånt som: «Det begynner å bli sent, jeg bør lage middag.» Dette er ikke Skaperen som snakker til deg; dette er et forsøk på å unngå trosarbeid. Skaperen er perfekt kjærlighet og intelligens.

For eksempel, hvis du tror at kjærlighet er smerte, vil du unngå kjærlighet. Hvis du prøver å jobbe med det, kan det være en intern kamp med selvtillitsprosessen. Da må du be Skaperen vise deg hvor troen startet. Last deretter ned hva ekte kjærlighet er- at det er trygt - eller endre troen på at du må la folk du elsker såre deg.

Å være bevisst våken på troen din er veldig viktig.

Å drive trosarbeid med meg selv (som jeg kaller selvtillitsarbeid) krever selvdisiplin, selv for meg, men jeg liker å gå opp til Skaperen for å få svar. Å jobbe direkte med Skaperen kan også være en fordel fremfor å jobbe med en utøver, som kan forveksle problemene med det de tror er din tro. I dette scenariet vil du sannsynligvis føle deg påtrengt og uvillig til å samarbeide – og dette er også grunnen til at det er så viktig for en utøver å være koblet til Skaperen i økten. **På den andre siden kan det å jobbe med en erfaren, snill utøver, som du også føler deg trygg med, hindre deg i å prøve å skjule dype problemer for deg selv.**

Bruk følgende nedlastinger for selvhelbredelse:

«Jeg vet at historien til planeten, historienivået, det genetiske nivået alle betyr noe, og jeg vet hvordan jeg skal jobbe med dem.»

«Jeg forstår hvordan det føles å vite hvorfor jeg gjør det jeg gjør.»

«Jeg vet hvordan jeg skal forstå meg selv og jobbe med meg selv.»

«Jeg vet hvordan jeg kan koble meg til Skaperen og spørre hvorfor jeg har en tro, når den startet, hvordan jeg endrer den, hva jeg må gjøre for å endre den, hvilke nedlastinger jeg trenger, og hva jeg trenger for å endre tro på høyeste og beste måten.»

## 26. OVERKORREKSJON

Når du graver etter bunnen eller nøkkeltroen din, kan du oppleve det som kalles «overkorreksjon». Når du begynner å gi ut dype programmer og skape nye følelser, kan det bringe familieproblemer opp. Denne slipp-og-innstilling-prosessen vil sannsynligvis gi deg mye myndighet, og du kan ha et ønske om å ta telefonen og begynne å skrike på disse menneskene. Vennligst gi deg selv tid til å behandle alle følelsene som har oppstått under trosarbeidet før du gjør noe. Mange av disse programmene vil ha blitt opprettet for lenge siden, og personen som fikk dem til å danne seg i deg har sannsynligvis endret seg siden den gang. De er ikke den samme personen lenger og vil ikke forstå hvorfor du skriker til dem, og du vil ikke motta noen unnskyldning av å gjøre det.

***Gjør ditt beste for å avstå fra å overkorrigere enhver situasjon eller problem du har med en annen person før du er balansert.***

## Kapittel 5

# De 5 grunnleggende-stegene for graving for tro

For en utøver som jobber med klienter, er det fem mindre viktige trinn for å grave etter tro, som vi vil dekke i kapittel før vi går videre til de mer avanserte prosessene i neste kapittel:

**1 Etabler rapport: Et tillitsbånd mellom klienten og utøveren vil oppmuntre til åpen kommunikasjon.**

**2 Identifiser problemet: Dette er problemet som klienten sier de vil jobbe med.**

**3 Bruk grunnleggende nøkkelord og spørsmål: Begynn graveprosessen for klientens nøkkel- eller bunntrø for å frigjøre alle de andre troene som er stablet over den.**

**4 Endre troen: Koble til Skaperen og vær vitne til at troen endres på alle de fire trosnivåene: kjerne, genetisk, historie og sjel.**

**5 Bekreft endringen: Bekreft at troen er endret ved å energiteste hver tro som har blitt frigjort og erstattet.**

La oss gå gjennom hvert av de fem trinnene mer detaljert:

### TRINN 1: ETABLER RAPPORT

Start med å hilse på klienten og få dem til å føle seg komfortable. Etablering av dette tillitsbåndet vil oppmuntre til åpen kommunikasjon mellom dere.

#### **Lytt, anerkjenne og spør**

Lytt til hva klienten har å si og erkjenne det, og fortsett deretter å stille spørsmål uten å være overstyre/ pressende.

Vær åpen for å lytte til hva klienten sier og vær klar over energien som ligger til grunn for hvert utsagn, fordi hvert utsagn er en indikator på bunnen eller nøkkeltroen. Ikke legg ord i klientens munn, men få dem til å føle at det de sier har gyldighet og verdi - fordi det gjør det. Dessuten er hver person forskjellig fra alle andre i verden, så selv om det kan være likheter i tro, bør hver person behandles som et unikt individ.

Få øyekontakt og les kroppsspråket deres

Det er viktig å få øyekontakt med klienten og se på kroppsspråket deres fordi deres fysiske responser vil indikere når et sensitivt punkt i tro-arbeidsdialogen er nådd.

### TRINN 2: IDENTIFISERE PROBLEMET

Spør klienten hva de ønsker å oppnå ved starten av trosarbeidet. Det er så mange måter å tro på, men husk at økten handler om klienten: deres behov og hva de ønsker å jobbe med.

**Spør klienten «Hva vil du jobbe med i dag?»**

Hvis klienten svarer med for eksempel «Jeg vil gjerne jobbe med mine problemer med familien min», er dette problemet klientens «overflatetro og utgangspunktet som kan føre til nøkkeltroen årsaken til problemet. Denne troen vil sannsynligvis representere en situasjon i klientens liv som de ønsker å endre.

### **Energitest**

Utfør en energitest for å finne ut hva klienten mener er sant når det gjelder problemet (se kapittel 2 for riktige energitestmetoder og prosesser).

Vær observant og sørg for at klienten alltid holder fingrene godt sammen og slipper dem på en underbevisst måte som svar på deres uttalte uttalelser. Pass på at klienten ikke prøver å åpne eller lukke fingrene i et bevisst forsøk på å manipulere prosedyren.

### **Sett mål med overflatetroen**

Sett et felles mål for klienten ved å si for eksempel: «**La oss undersøke problemet og komme til bunns i det**» Husk ikke å ta notater i en notatblokk, da dette kan føre til at klienten føler at det er noe galt med dem eller som om de blir studert eller analysert. *(Ikke alle føler det, så er det en klient som kommer med mange ønsker om endring, så er det ikke noe i veien for at du noterer ned. Mange i Norge føler det som at du virkelig vil hjelpe. Fra Anett Powell Wangs erfaringer)*

### **TRINN 3: BRUK GRUNNLEGGENDE SØKEORD OG SPØRSMÅL**

For å bruke graveprosessen for å finne kundens nøkkeltro, bør din tilnærming være en intuitiv utforskning. Still kunden spørsmål ved å bruke følgende grunnleggende nøkkelord for å identifisere deres problemer og negative overbevisninger:

- **Når?**
- **Hva?**
- **Hvem?**
- **Hvor?**
- **Hvorfor?**
- **Hvordan?**

Bruk disse nøkkelordene for å grave etter troen, som vist i tabellen nedenfor:

Nøkkelord Eksempel

**Når?**

**Når skjedde det først?**

**Hva?**

**Hvem?**

**Hva lærte du av det? Hvem fortalte dette?**

**Hvor begynte dette først? Hvor var du når skjedde dette?**

**Hvor?**

**Hvorfor?**

**Hvorfor tror du at du er syk?**

**Hvordan?**

**Hvordan får dette deg til å føle deg? Hvordan fungerer det for å tjene deg?**

Ved å bruke disse nøkkelordene sammen med spørsmålene skaper det en åpning til klientens dypere trosprogrammer. Herfra er det da 10 forskjellige gravetilnærminger, eller snarveier, for å identifisere nøkkeltroen - avhengig av typen problemstilling som presenteres. Vi vil dekke de 10 gravetilnærmingene mer detaljert i neste kapittel.

#### **TRINN 4: ENDRE TROENE**

Noen av indikatorene på at du har nådd nøkkeltroen er at klienten vil løkke, skjule eller gå i sirkler med et spørsmål-svar-scenario. Vær tålmodig og utholdende for å finne den dypeste troen. I tillegg kan klienten forsøke å distrahere deg ved å endre emne, og/eller bli nervøs og emosjonell.

Klienten kan også bli emosjonell, gjøre nervøse bevegelser, vri seg i stolen, klø seg i hodet, brette armene, begynne å gråte, og pusten kan bli ujevn. Klienten kan også se ned på føttene og ikke få øyekontakt. Dette kroppsspråket indikerer et forsøk fra underbevissthetens side på å holde på nøkkeltroen.

Hvis klienten begynner å oppleve ubehag mens han utfører trosarbeid, spør dem om de vil laste ned hvordan det føles å være trygg.

Å endre tro gjennom Skaperen

Jeg sier ofte at jeg har den enkleste jobben i verden. Alt jeg trenger å gjøre er å lytte til Skaperen og gjøre det jeg blir bedt om å gjøre. På samme måte bør graveprosessen din (enten med deg selv, en annen person eller en klient) praktiseres fra et synspunkt om å skape sammen med Skaperen. Alt du trenger å gjøre er å lytte til Skaperen.

Gjennom hele prosessen, sørg for å samhandle med klienten fra et syvende plans perspektiv gjennom skaperen av alt som er. Dette betyr at graveinteraksjonen kommer fra det syvende eksistensplanet, ikke det tredje planet. Samskaping lar deg komme ut av ditt eget paradigme og inn i klientens. Ikke la din egen dømmekraft påvirke etterforskningen din i trosarbeidssesjonen. **Husk: graveprosessen handler om klienten.**

En tro-arbeid-sesjon er en interaksjon mellom klienten, utøveren og Skaperen. Skaperen er alltid med deg.

## **Spør Skaperen**

Når du jobber med en klient, unngå å projisere dine tro eller følelser inn i etterforskningsprosessen. Den beste måten å gjøre dette på er å holde seg fast knyttet til Skaperens perspektiv. Som beskrevet tidligere kan klienten løkke, skjule eller ta deg i sirkler med spørsmål-svar-scenariot. Vær tålmodig og utholdende for å finne den dypeste troen.

Be alltid om Skaperens hjelp når du trenger ekstra veiledning. Be Skaperen om å veilede deg i graveøkten. Be for eksempel Skaperen om å fortelle deg bunn- eller nøkkeltroen, hvilke overbevisninger som skal energitestes, og hvilke følelser du skal laste ned.

Du kan for eksempel spørre: «Skaperen av alt som er, det blir bedt om at du forteller meg følelsen av å laste ned for denne personen. Takk skal du ha! Det er gjort, det er gjort, det er gjort.»

Du kan også spørre Skaperen under en trosarbeidsøkt.

Hvis du føler deg usikker, spør Skaperen hvilke spørsmål du bør stille klienten.

Når en klient presenterer flere problemer, spør skaperen hvilken spesifikk sak han skal sette søkelys på først.

**Å spørre om en spesifikk tro er en nøkkeltro.**

**Å spørre Skaperen om nøkkeltroen.**

**Å be om en ny positiv tro for å erstatte en negativ tro.**

**Å spørre hvilke positive følelser å laste ned til personen som vil hjelpe i en situasjon.**

Du kan også spørre: «Skaperen av alt som er, hvilke følelser trenger denne personen? Takk skal du ha! Det er gjort, det er gjort, det er gjort.» Du kan også endre troen og laste ned følelser gjennom Skaperen ved å:

Gjennomføre en healing på eventuelle negative overbevisninger som blir funnet under økten ved å laste ned følelser etter behov.

## **De fem grunnleggende trinnene for graving i trosarbeid**

- Gjøre klienten oppmerksom på nøkkeltroen.
- Å gå opp og koble seg til Skaperen og være vitne til at troen blir endret på alle 4 **kjerne-, genetiske, historie- og sjelstronivåer.**

### **TRINN 5: BEKREFT ENDRINGEN**

Bekreft at troen har blitt frigitt og erstattet av energitestning av troen som har blitt endret (se kapittel 2 for riktige energitestningsmetoder og prosesser); dette gir både deg og klienten validering.

Som beskrevet i forrige kapittel, vil du vite når du er nær nøkkeltroen hvis klienten blir verbalt defensiv, vrir seg eller begynner å gråte. Denne typen motstand er et forsøk fra underbevissthetens side på å holde på nøkkeltroen. Hvis klienten begynner å oppleve ubehag mens han utfører trosarbeid, be dem laste ned følelsen av hvordan det føles å være trygg.

# Kapittel 6

## De 10 Gravende tilnærmingene (eller snarveier)

Det er 10 gravetilnærminger eller snarveier som du kan bruke for å identifisere nøkkeltroen - avhengig av type problemstilling - og alle disse tilnærmingene kan brukes om hverandre i en enkelt trossarbeidsøkt.

### Gravende tilnærming

#### 1. Frykt

Beskrivelse: Identifiser den dypeste **frykten** som ligger til grunn for all den andre frykten.

#### 2. Harme

Forstå situasjonen ved å spørre: «**Når ble harmen skapt?**» Og også, «**Hva er årsaken bak harmen?**» Denne tilnærmingen kan brukes for harme og andre negative følelser, bortsett fra frykt.

#### 3. Sykdom 1

Beskrivelse:

Avdekke hvorfor sykdommen ble skapt. Spør: «**Hvordan tjener sykdommen deg og hva bra har skjedd siden sykdommen startet?**»

#### 4. Sykdom 2

Tenk deg at sykdommen borte i fremtiden. Spør: «**Hva ville skjedd hvis du var helt frisk?**»

#### 5. Manifesterende

Klienten visualiserer hva de ønsker å manifestere. Still spørsmål for å identifisere problemene som «**Hva vil du?**» «**Hva vil skje hvis du fikk det du ville ha?**»

#### 6. Genetikk

Identifiser problemet ved å spørre om en viss tro er klientens mors tro, fars tro eller en forfedres tro.

#### 7. Historienivå

Arbeid med troen som er båret frem fra tidligere liv og gruppebevisstheten.

#### 8. Det umulige

Lær hjernen at det som ser ut til å være umulig faktisk kan være mulig.

#### 9. Graving for å Skape bevissthet om at -lære av vanskeligheter inneholder en dypere hensikt.

Spør hva fordelen får du av vanskeligheter som du er opplever?

#### 10. Gravende tilnærming: Lær dyder

**Beskrivelse:** Sjelens hensikt i dette livet er å lære dyder og utvikle evner. Spør «**Hvilke dyder utvikler du fra dine erfaringer?**»

Blant de følgende 10 tilnærmingene, frykt og harme er de grunnleggende tilnærmingene og byggeklossene for alle de andre gravetilnærmingene. Men husk at tilnærmingene som er beskrevet i dette kapittelet kun er forslag for å veilede arbeidet ditt med klienten, fordi ingen mennesker er like og hver grave økt kommer til å være forskjellig. Graveprosessen er en intuitiv utforskning og å finne bunnen eller nøkkeltroen er en kunstform. De 10 tilnærmingene er derfor ganske enkelt forslag for å veilede dine trosarbeidsøker.

Graveprosessen er søket etter nøkkeltroen som skaper programmet for å frigjøre alle troene som er stablet over den. For å bli dyktig i gravearbeid, må du ha forståelse for hvordan det å stille de riktige spørsmålene kan identifisere den underliggende troen; følgende 10 tilnærminger forsøker å veilede deg til å gjøre dette:

### **GRAVETILNÆRMING 1: FRYKT**

I en generell forstand er det to forskjellige emosjonelle energier som motiverer oss: frykt og kjærlighet. Kjærlighet bør være den første motivasjon, men dette er ikke alltid tilfelle. **Ubetinget kjærlighet er av den høyeste vibrasjonen i universet og frykt er en av de laveste.** I trosarbeid prøver vi ikke å fjerne den emosjonelle reaksjonen av frykt fordi dette er en naturlig menneskelig reaksjon; det er vår innebygde overlevelsesrespons for nødsituasjoner. Av denne grunn er det viktig å være i stand til å skjelne forskjellen mellom dysfunksjonelle «fryktprogrammer» og en og annen normal nød reaksjon av frykt.

Å leve i konstant frykt er et negativt program, det samme er fobier, og det er da frykt også forårsaker et problem. Ukontrollert frykt kan blokkere omtrent alt, og dette inkluderer kjærlighet, mens tvangsmessig frykt kan utvikle seg til fobier. En måte å endre en fobi på er med trosarbeid og å finne nøkkeltroen som holder fobien på plass.

***Tvangsmessig irrasjonell frykt oppnår ingenting. De negative energiene frykt, tvil og vantrø er noen av de mest utbredte blokkene som presenterer seg i trosarbeid.***

Med en hvilken som helst intuitiv prosess av helbredelsesprosess, bør frykt aldri komme inn i din side. Så før du begynner med kunder, er det viktig å fjerne egen frykt og eventuelle fordommer.

**I stedet for å se Skaperen gjøre jobben, blir noen healere redde for at prosessen ikke fungerer og dekorerer (med det mener jeg pynter) klientens tro i graveprosessen. Innredning kan føre til at klienten går gjennom unødvendige følelser og det som kunne vært ferdig på 30 sekunder kan ta klienten mye lengre tid å behandle.**

#### **Start gravearbeidet**

Følg sporet av frykttro frem til kilden **til den største frykten** ved å stille nøkkelspørsmål for å finne ut «**hvorfor denne følelsen oppsto? hvordan skjedde denne følelsen? og når begynte den?**» Disse spørsmålene vil åpne klientens underbevissthet for deres dypere tro.

For å identifisere den dypeste frykten som ligger til grunn for all annen angst, spør:

- **Hva er du redd for?**
- **Hva er din største frykt?**
- **Hva er det verste som ville skje (hvis du var i en gitt situasjon)?**

- **Hvordan følte det da det skjedde?**
- **Hva ville skje videre i situasjonen?**
- **Når var første gang du kjente denne frykten? Når begynte det?**
- **Hva er det verste som ville skje hvis du ble møtt med din største frykt?**

Så når du graver etter frykt, er det første spørsmålet: **Hva er du redd for?**

Klienten svarer for eksempel med «Jeg er redd for vann.»

Så spør du: «**Hva ville skje med deg på grunn av frykten din av vann?**»

Klienten sier: «Jeg kommer til å drukne.»

Hvis klienten er redd for noe spesifikt, er det sjelden det de faktisk er redd for og det er vanligvis en underliggende årsak til frykten.

Hvis noen er redd for vann, vil troen være: «Jeg er redd for vann,» og du fjerner dette programmet og erstatter det med, «Jeg er ikke redd for vann,» vil ingenting endre seg fordi vann ikke nødvendigvis er det kunden frykter; frykten kommer fra noe annet.

På dette tidspunktet vet du at vann ikke er klientens frykt, men det er slik det presenterer seg. Det neste trinnet er å følge frykten til nøkkeltroen, slik at klienten skjønner hva de er redd for.

Utøver: Hva skjer hvis du drukner?

Klient: Vel, hvis jeg drukner, dør jeg

Utøver: Hva vil så skje?

Klient: «Hvis jeg dør, vil jeg forlate barna mine, og hvis jeg forlater barna mine, vil jeg være en fiasko, og hvis jeg er en fiasko, svikter jeg Gud, og hvis jeg svikter Gud, er det galt for meg å gå til lyset. Jeg vil sitte fast i mørket.»

Med disse uttalelsene har klienten gjort sitt eget gravearbeid. Utøveren brukte søkeordene hvem, hva, når, hvor, hvordan og bare lyttet til hva de sa.

**Koble deg til Skaperen og still spørsmål knyttet til hvem, hva, når, hvor og hvordan.**

Utøver: «Hva vil skje hvis du sitter fast i mørket?»

Klient: Jeg vil sitte fast i mørket og jeg vil være i ingenting»

Utøveren innser nå at personen ikke er redd for vann, men for «ingenting.» Som i dette korte eksemplet, når en klient gir så mange detaljer, indikerer det at de husker en hendelse som er ekte for dem. uansett hvor minnet kommer fra, gå dem gjennom det slik at de ikke blir igjen



midt i deres største frykt. I scenariet ovenfor er klientens virkelige frykt «ingenting» og at de har skuffet Gud og forlatt barna sine. Hvilken frykt som er den virkelige, er avhengig av hvor mange ganger klienten gjentar den.

For å endre disse troene, be Skaperen om å trekke frykten for ingenting og erstatte den med troen på at Skaperen forteller klienten - som ofte er «du kan alltid se barna dine» og «du er alltid elsket av Skaperen i energien av skapelsen. Når du trekker frykten for ingenting, faller all den andre fryktene fra hverandre. Når frykten er borte, er det usannsynlig at klienten har en fobi for vann. For å teste dette, be klienten din forestille seg å være i vann og spør dem hvordan de har det.

En indikator på en nøkkeltro er hvis klienten gjentar noe om og om igjen, for eksempel «Jeg er en fiasko for Gud», eller «Jeg er en fiasko for barna mine», så lytt nøye til hva kunden sier.

**Nøkkeltroen** på «Jeg er redd for ingenting» er en av menneskehetens største frykt. «Frykten for ingenting» er frykten for at det ikke finnes noe etter døden, at det ikke finnes noen Gud, og at vi alle kommer til ingenting.»

Hvis du havner i en blindgate med graveprosessen og ikke vet hvilken retning du skal følge, kan du tålmodig se klienten snakke om følelsene sine angående deres overflatetro. Det kan hende at klienten bruker litt tid til å finne/sortere ut hvor frykten kommer fra, og de kan gå tilbake til et annet tidspunkt og sted for å finne den.

## Fortsett gravearbeidet

For enhver negativ bunn eller nøkkeltro, kan det være en grunn til at underbevisstheten holder på den. Tros arbeide skal alltid ha et positivt slutt resultat, og det er derfor det er viktig å alltid finne det klienten lærer av troserfaring.

Når du finner kundens nøkkeltro, spør:

Utøver: Hva får du ut av å ha denne troen?

Klient: «Alt jeg gjør mislykkes.»

Utøver: Hva lærte, oppnådde du eller fikk deg til å ha denne troen?

Eksemplet ovenfor viser hvordan du kan hjelpe en klient å forstå at på sjelsnivå har enhver livserfaring en hensikt - og en frykttro.

***Husk at fryktprogrammer kan overføres gjennom genene eller historienivået. Trekk, avbryt, løs og erstatt disse energiene etter behov.***

### GRAVE TILNÆRING 2: HARME

Det er alltid en underliggende årsak til at vi misliker noen, vi holder dem borte fra oss, selv om det er psykologisk separasjon. Når vi misliker noen, vil vi lære fra situasjonen eller personen, og vi vil holde på det så lenge vi lærer av det.

Vi bruker også harme for å holde oss på Jordens plan som er en veldig tung tankeform. Harme er en veldig tung tankeforms energi, samme som at Kjærlighet er en lett energi. Når vi oppfatter lette

tankeform-energiene blir vi mer opplyst. Mange mennesker har oppgradert seg på dette jordplanet uten å forlate jorden igjennom å dø. Nå har vi tillatelse til å til å huske at vi er opplyste og kan bli opplyst på dette planet, selv om vår underbevissthet ikke er klare for denne ideen. Så, for å holde oss på bakkeplan/ jordet, kommer harme inn. Skaperen sier at hvis vi kan fjerne harme fra sinnet vårt, kan vi bevege ting uten ved å berøre dem. **Harme blokkerer våre synske muligheter.**

Følelsen av harme vil helt sikkert jorde deg i denne tilværelsen, men den vil også beskytte deg mot det du misliker, så hjernen kommer ikke til å frigjøre det så enkelt. For eksempel la oss si at en klient misliker faren sin, men hvis du trekker ut dette og erstatter det med tilgivelse, vil det vare to eller tre dager.

En av elevene mine satt i badekaret og trakk ut all sin harme og dagen etter var hun to buksestørrelser mindre.

En annen student gjorde det samme med lignende resultater - men da jeg forsøkte dette, mistet jeg ingenting. Dette er fordi med mindre vi kommer til nøkkeltroen, som holder på harmen, vil utfordringen komme tilbake (og vekten).

***Noe av det viktigste med trosarbeid er å forstå at nøkkeltroen generelt sett er positiv av natur.***

## **Start gravearbeidet**

For eksempel, hvis noen har følgende program med **«Jeg misliker min far fordi han slo meg.»**

Hvis du trekker ut og erstatter dette programmet, kan klienten føle seg bedre i to eller tre dager, men den eneste måten å skape langsiktig endring på er å finne ut hva som er lært av det, hvordan det skapte et positivt aspekt, og hvorfor det tjener dem.

Spør klienten: **«Hva lærte du, som er positivt av at faren din slo deg?»**

Klienten kommer sannsynligvis til å krangle med deg om spørsmålet ditt, så fortsett med å spørre:

**Hvis det var et positivt resultat fra denne opplevelsen, hva ville det vært?**

**Hva lærte du av å bli slått av faren din?**

Klienten kan si: «Jeg lærte at jeg aldri ville slå: barna mine.»

På dette tidspunktet i økten har du å gjøre med både negative og positive overbevisninger. Lær klienten å beholde selvtilliten som ble utviklet fra den negative situasjonen, samtidig som du gir en nedlasting av hvordan det føles å motta kjærlighet uten å bli såret. Deretter kan du energiteste klienten for å finne ut om de fortsatt har motvilje.

### ***Grave økt: Harme***

Følgende tilnærming kan brukes for harme og alle de andre negative følelsene, annet enn frykt.

Vianna: «Hvem misliker du?»

Klient: «Jeg misliker moren min.»

Vianna: «Hvorfor misliker du moren din?»

Klient: «Jeg misliker moren min fordi hun slo meg hele tiden. Hun låste meg inne og lot meg ikke leke ute. Jeg vokste opp uten å kunne leke ute. Da jeg var barn ville jeg danse, spille musikk og male, men moren min ville ikke betale noen penger for de tingene.»

Vianna: Hadde hun penger til disse tingene?

Klient: «Ja»

Vianna: «Så, hun lot deg aldri være deg.

Kunde: Ja. Hun bor nær meg nå, men jeg prøver å ikke kommunisere med henne. Hun vil helbrede forholdet sitt til meg, men jeg holder avstand.

Vianna: Lukk øynene. Fortell meg, hva lærte du av at hun slo deg for alle de årene siden - noe som er bra som du har lært?

Klient: Jeg lærte å gjøre alt på min egen måte!

Vianna, hva lærte du av å være låst inne?

Klient: Jeg lærte å kunne være alene og gjøre ting alene!

Vianna: «Hva lærte du av å ikke kunne følge din kunstneriske natur?

Klient: Det eneste jeg lærte av dette var å ikke gjøre det mot barnet mitt, og jeg prøvde å gi henne muligheten til å være kunstnerisk, men hun ville ikke ha det.

Vianna: har jeg tillatelse til å lære deg at du kan følge din vei uten at noen slår deg? Uten at noen tvinger deg til å følge en annen vei?

klient: «ja»

Vianna: «Har jeg tillatelse til å laste ned deg slik at du kan være komfortabel med å være alene med andre mennesker når du vil?»

Klient: «Ja.

Vianna: «Og at du kan finne din uavhengighet uten å bli innelåst?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Vil du vite hvordan du følger drømmene dine i stedet for at noen blokkerer deg hele tiden?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «At du kan tilby barna dine musikk og kunst uten å prøve å tvinge det på dem?

Klient: «Ja.»

Vianna: «Gi meg hånden din og lag en sirkel med tommelen og pekefingerne. Nå skal jeg energiteste deg for «Ja» og «Nei». Si «Ja» og si «Nei». **Si: «Jeg misliker min mor.»**

Klient: «Jeg misliker moren min.»

(Hun energitester med et «Nei»-svar.)

Vianna: Si: «Jeg kan være fri fra at moren min gjør mitt liv elendig.»

Klient: «Jeg kan være fri fra at moren min gjør livet mitt surt.» (Dette er harmearbeid. Men jeg er ikke ferdig ennå.)

Vianna: «Vil du vite hvordan en ekte mor skal føles? Hva er en ekte mors kjærlighet? Guds definisjon av en ekte mors kjærlighet?

Klient: «Ja.»

Vianna: «Vil du vite hvordan, når, og at det er mulig å være en fantastisk mor?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Si: «Jeg kan jobbe med moren min.»

Klient: «Jeg kan jobbe med moren min.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: Si: «Min intuisjon forteller meg at moren min ville jobbe bedre med en annen healer.»

Klient: «Intuisjonen min forteller meg at min mor ville jobbet bedre med en annen healer.»

(Hun energitester med et «Nei»-svar.)

Vianna: Si: «Jeg kan jobbe med moren min uten å føle meg tvunget til det.»

Klient: «Jeg kan jobbe med moren min uten å føle meg tvunget til det.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Vil du vite hvordan det er å kunne si nei på en god måte?»

**Som du kan se, har vi fjernet noe harme, men hvis dette var en vanlig økt, ville ikke denne klienten ha fullført trosarbeidet. Jeg ville bruke alle de andre gravemetodene etter behov og fortsette å jobbe med klientens tro på å være en healer og en mor.**

## **Fortsett gravearbeidet**

Hver tro tjener oss på en eller annen måte. Med mindre du finner ut hvorfor troen tjener klienten, vil hjernen deres skape den igjen. - selv etter at den har blitt utgitt og erstattet med en ny tro. Finn

årsaken bak harmen og endre den, slik at klienten kan gå videre og permanent fjerne harme ved å spørre:

**Hva lærer du av denne troen?**

**Hvordan tjener det deg?**

**Holder denne troen deg trygg?**

**Hvordan tjener denne harmen deg?**

## **Eksempel**

Utøver: «Hvordan tjener denne harmen deg? Hva får du ut av det? Hva lærer du av det?»

Klient: «Jeg lærte å utmerke meg. Jeg lærte å være den beste jeg kunne være i alt jeg gjorde for å møte min mors forventninger.»

## **Eksempel**

Utøver: «Hvordan tjente det deg? Hva lærte du av det?»

Klient: «Jeg lærte at jeg aldri ville slå mine egne barn. Jeg lærte å glede meg selv og være uavhengig. Jeg lærte at det er tryggere å være alene.»

Utøver: «Har jeg tillatelse til å laste ned deg slik at du kan være uavhengig uten å svikte? At du kan motta kjærlighet og at du er trygg uten å måtte være alene?»

### **GRAVETILNÆRING 3: SYKDOM 1**

Sykdom kan ta lang tid å jobbe med fordi det er lett å bli avhengig av dramatikken i den. I tillegg, når vi går opp og spør: «Gud, hvor mange trosoppfatninger må endres,» får vi en lang liste. Men det vi bør spørre om er: «**Hvilken tro må endres for å gjøre denne personen frisk?**» Og da vil listen bli kortere fordi når de først finner healeren, kan de være klare til å helbrede. Men alt avhenger av å kunne finne ut av ting i klient-utøver-samspeillet. Hvis klienten er syk, er den første tingen å gjøre en healing og se om de blir bedre.

Jeg hadde en klient med kreft i hele kroppen som hadde hatt flere prosedyrer med strålebehandling. Hun var påtrengende og uhøflig. Jeg gjenkjente henne som en god healer og spurte henne: Hva har du gjort for å fikse kreften din? Hun ramset opp en lang liste av de forskjellige tingene hun hadde gjort. Mens hun snakket, gikk jeg opp og spurte: Gud hva er det hun trenger? Jeg ble fortalt at hun trenger litt trosarbeide. Da jeg forsøkte å gjøre den vanlige healingen på henne, falt energien ut av kroppen hennes og healingen hadde ingen effekt. Denne responsen fortalte meg at hun hadde et knust hjerte og utførte hjerte-sang-øvelsen (som jeg deler i Advanced) og ba henne gjøre det før vi jobbet sammen igjen. Det var endringer i henne etter det. Jeg ventet en lang liste med trosarbeid, men bunntroen var et knust hjerte.

## **Finn ut hvorfor og når sykdommen ble skapt.**

### **Gravejobben**

Følgende prosess for å avdekke nøkkelen for å finne ut hvorfor og når sykdommen ble opprettet.

1. Finn ut hvorfor og når sykdommen ble skapt.
2. Finn ut hva problemene er, og begynn deretter å grave dypere ved å bruke de to første gravemetodene.
3. Spør klienten når sykdommen startet. Hvis klienten ikke vet, gå opp og be Skaperen om inspirasjon.
4. Spør hva som foregikk i livet deres da sykdommen begynte. Grav deretter dypere for å løse problemet.

Still følgende spørsmål for å avdekke hvorfor sykdommen ble skapt og hvorfor personen ble syk.

- **Når ble du først syk?**
- **Når startet sykdommen?**
- **Hva foregikk i livet ditt da du ble syk?**

### **Eksempel**

Et godt eksempel på hvordan en sykdom kan bringe positive aspekter inn i noens liv, vises i den følgende historien.

En kvinne gikk nedover veien og ble truffet av en buss, som etterlot henne med brukne bein som krevde operasjon. Da de skar henne opp fant de ut at hun hadde kreft. Nå med brukne bein begynte hun behandling for kreft, men ingenting virket. Etter at hun ble utskrevet fra sykehuset, jobbet hun med mange andre ThetaHealere, så vel som andre metoder, før hun kom for å se meg. Legene hadde gitt opp henne og hun satt foran meg og sa: «Ingen kan hjelpe meg.

Hva gjør jeg?»

I denne situasjonen liker jeg å finne ut hva som skjedde da sykdommen startet.

Vianna: «Når fikk du kreft for første gang?»

Kvinne: «Jeg vet ikke når jeg fikk kreft.»

(Da jeg spurte Gud, ble jeg fortalt at hun hadde hatt det i syv år.)

Vianna: «Hva skjedde for syv år siden?»

Da jeg først spurte hva som foregikk for syv år siden, husket jeg ikke. Først sa hun at alt var bra på den tiden. **Det er her du bør be klienten gå hjem og hun reflektere over alt som foregikk i livet**

**deres da sykdommen startet.** Hun dro hjem, fant dagboken sin og skrev ned alt som foregikk i livet hennes på den tiden.

Dagen etter snakket vi igjen. Hun fortalte meg at for syv år siden var hun fortsatt gift, og mannen hennes tok med seg moren sin hjem, som krevde mye omsorg. Moren var veldig slem mot henne, så hun gikk til mannen sin og sa «Det er enten meg eller moren din». Dette er generelt en dårlig idé, og be om velge side, så hvem valgte han? Det stemmer, moren hans. Så hun sa til mannen sin: «Jeg skal forlate deg» og hun dro. Så nå var ekteskapet hennes avsluttet, og barna hennes var sinte på henne.

Etter at hun tilbrakte hele sitt voksne liv med mannen sin og barna, hadde hun ingen annen økonomisk (eller følelsesmessig) støtte enn seg selv.

Vianna: «Hva har skjedd som er bra i livet ditt siden kreften?»

Kvinne: «Da mannen min og barna mine fant ut at jeg hadde kreft, ble jeg sammen med mannen min igjen, og forholdet mitt til barn ble gjenopprettet. Til og med min svigermor snakket med meg og behandlet meg høflig!»

Tror du hun kommer til å gi opp kreften som kan ha blitt skapt på grunn av stresset med at svigermoren flyttet inn og mangelen på kjærlighet fra mann og barn? Hun hadde mistet alt, og nå på grunn av kreften ble livet gitt tilbake til henne.

Vianna: «Kommer mannen din til å bli, hvis du blir frisk fra kreft?»

Kvinne: «Nei, det vil han ikke.»

De virkelige problemene hadde ikke blitt tatt opp, så hun skulle forbli syk så lenge som mulig, så jeg begynte å gjøre trosarbeid på:

«Jeg er elskbar»

«Jeg kan bli elsket uten å være syk.»

«Jeg kan være sterk uten å være syk.»

«Familien min vil elske meg uten at jeg er syk.»

Vi jobbet ikke med selve kreften, men at hun kunne vært uten kreften. Etter at vi jobbet med disse problemene, helbredet vi kreften. Etter to-tre uker ringte hun for å si at kreften hadde gått i remisjon.

Trosarbeidet jeg gjorde med henne var ikke spesifikt på selve kreften, men på følgende programmer:

«Jeg er ikke elskelig uten å være syk.»

«Min mann vil bli hos meg hvis jeg er syk.»

«Jeg må være syk for å bo hos familien min.»

## GRAVETILNÆRING 4: SYKDOM 2

Finn ut hvordan sykdommen tjener klienten.

Be klienten gå inn i fremtiden og spør dem hva som ville skje hvis sykdommen var borte og de ble bedre? Hvordan ville de håndtert denne nye situasjonen?

Et eksempel på dette er en klient som hadde diabetes. Jeg spurte ham hvordan han ville takle det å bli helt frisk i fremtiden. Jeg spurte dette fordi jeg visste at diabetesen hadde startet da han var en tenåring, så han ville være i stand til å huske hvordan det følte å føle seg frisk.

Han fortalte meg at hvis han ikke hadde diabetes, ville han bli mer fysisk aktiv og flytte fra byen for å være sammen med vennene sine. Da han forestilte seg denne fremtiden, endret ansiktet hans seg og tok på seg helsens energi før han endret seg til et skrekutttrykk.

Han sa: «Hvis jeg blir frisk, vil min kone forlate meg fordi hun ikke liker vennene mine og misliker friluftsliv. Hun elsker bylivet og diabetesen min er det eneste vi har til felles. Hun hjelper meg å ta vare på det. Hvis jeg er frisk, vil hun forlate meg, eller jeg vil forlate henne.

Så spurte jeg ham om han ville endre noen ting for å kunne dele interessene og kjærligheten til naturen med kona. Men i stedet for å være åpen for endringer, nektet han og avsluttet økten.

Noen ganger er folk mer redde for å bli friske enn for å bli syke. De kan for eksempel være redde for å miste medisinske fordeler og må jobbe igjen. Finn ut klientens sanne motivasjon bak sykdommen. Endre denne troen slik at klienten motiveres til å bli helt frisk.

### Start gravearbeidet

Spør for å finne ut hvorfor noen er syke

- **Hva kommer til å skje med deg hvis du blir bedre?**
- **Hva ville skje hvis du ble fullstendig helbredet?**
- **Hvordan har sykdommen tjent deg, og hva fikk du ut av det som er positivt?**
- **Hva var det beste som skjedde med deg av å være syk?**
- **Hva lærte du av å være syk?**

Men hvordan kan noen bli friske hvis fokuset ikke er på å bli frisk?

Følgende utveksling med en mann som kom for å se meg med hiv, fungerer som et godt eksempel.

Vianna: «OK, du har HIV. Hva kommer til å skje hvis du blir bedre?»

Mann: «Å, jeg vil ikke bli bedre. Jeg vil bare at du skal senke virusmengden min. Jeg vil ikke at det skal forsvinne, for hvis det forsvinner vil en miste faren min og familien min.»

Vianna: «Hva?»



Mann: «Faren min hatet at jeg var homofil og fornektet meg. Men nå har jeg hiv, han er i livet mitt igjen. Jeg spiser bedre, jeg tar bedre vare på meg selv og jeg har en familie igjen.»

Vianna: «Vil du vite at du kan få alt det uten HIV?»

Mann: «Nei, jeg vil ikke ha det bra. Jeg vil bare senke belastningen, så det ikke blir til AIDS.»

Vianna: «Vil du ikke vite at faren din kan elske deg uten at du er syk?»

Mann: «Nei, jeg kjenner faren min. Dette er alt jeg vil ha.»

Denne utvekslingen fortalte meg hvorfor han holdt på hiv-en. Farens kjærlighet var viktigere. Så jeg gjorde det han ba om og gjorde en healing på virusmengden hans.

Når jeg spør klienter: «Hva bra har skjedd med deg siden du utviklet brystkreft,» vil de fleste si «Familien min har kommet sammen. Disse positive energiene holder på sykdommen. Dette er fordi vi er Guds gnister. Vi skaper ting for et formål.»

## Den korte og den lange listen

Hver person har en lang liste over ting å gjøre for å helbrede. En lang liste kan være overveldende og gjelder hele livet på alle nivåer, så det beste er å starte med den korte. Hver liste er fokusert på sykdommen. Først helbred de kortsiktige problemene og jobb langsiktig for bedre helse, så hverken du eller klienten opplever dette overveldende, så det er best å starte med den korte listen.

Det er også verdt å merke seg at noen healere prøver å lage livet til sin klient fordi de er knyttet til dem. Hvis klienten føler seg bedre, vil du fortsatt være knyttet til dem. Hvis klienten går til en annen dimensjon, vil du fortsatt være knyttet til dem. Og husk, ikke alle som er syke er hyggelige. Slemme folk blir syk også.

Hvis du tror klienten din er syk og de trenger deg, husk at de er syke og trenger Skaperen. Du er vitnet. Selve presset av følelsen er at du er et klientens siste håp og kan være vanskelig å håndtere. Du kan ende opp med å føle deg følelsesmessig opprørt og bønnfalle Gud; «Vær så snill Gud, vær så snill Gud, hjelp denne personen.»

## GRAVING TILNÆRMING 5: MANIFESTERING

Denne tilnærmingen av graving bruker vi for å frigjøre klientens sinn slik at de virkeliggjør manifestasjonen i drømmene sine. Graving er for å skape manifestasjon fokusert på hva som vil skje i fremtiden når klienten har det de ønsker. Dette betyr å fortelle klienten hvordan det er å forestille seg hvordan det vil være å ha det de vil ha.

Manifestering for overflod handler ikke bare om å be om materielle goder, fordi universet vet at penger er laget av papir og det samme gjør underbevisstheten. I stedet manifesterer for hva du ville gjøre med pengene og deretter la universet fylle ut tomrom.

## Mål liste

Hvis vi ikke lager en liste over mål for hvert år for å opprettholde sjelens fokuset, kan vi manifestere de rareste problemene for å holde oss underholdt - for uten utfordringer blir vi lei. Jeg har observert dette hos mange av elevene mine, så vel som hos meg selv. Hvis vi ikke manifesterer på alle veier i livet vårt, vil universet fylle inn tomrommet for oss.

Det er derfor det er så viktig å gi universet får kontinuerlig liste over manifestasjoner som jobber for deg i stedet for mot deg. Hvis du sier «Alt er perfekt i livet mitt, vil jeg ikke ha noe», vil universet skape noe for deg - og det kan være noe du ikke vil ha. For eksempel, hvis du vil ha en ny krystall, «trenger jeg kr.15 000,- for å kjøpe en ny krystall.» Det er krystallen du trenger, ikke pengene, og det er det du manifesterer og ikke pengene. På den måten gir noen deg en krystall - fordi det krever for mye plass i huset deres, og de vet at du ville satt pris på det - det er tilfeldig at krystallen er verdt kr.15 000,-. Du vil bli overrasket over hvor ofte dette skjer.

Problemet med å manifestere bare én ting om gangen er at healere er veldig intuitive, og hvis de har en liste, vil underbevisstheten behandle den som en «kjøpevareliste» og krysse av for emnene én etter én og få dem til å skje. Hvis det er eneste du gir din underbevissthet å jobbe med er økonomisk trygghet, kan det ta en levetid for den å fullføre dette ene målet. Så det er bedre å manifestere for minst 10 ting samtidig.

## Å være synkronisert med guddommelig timing

For mange år siden manifesterte jeg ikke som jeg burde, så jeg bestemte meg for det manifestere noe slik at universet ikke fylte ut de tomme feltene. Jeg bestemte meg for at jeg ville ha et sted hvor jeg kunne dyrke økologiske grønnsaker for mine klasser og gikk opp og manifesterte 10 dekar land og innen en uke ga min manns far oss en gård på 250 mål. Dette var litt overveldende først fordi stedet trengte ganske mye å fikse, så det tok litt tid før jeg kunne begynne å heve økologiske grønnsaker!

Jeg spurte meg selv: «Så nå har jeg en gård, hva skal jeg gjøre med den?» I utgangspunktet ble gården brukt som overvintringsplass for kyr, men jeg var ikke flink med kyr, så jeg bestemte meg for å drive med hester.

Jeg hadde ønsket å oppdra Friesian hester siden jeg så filmen *Lady and the Hawk* – den Friesian svarte hesten i filmen var så staselig og milde. Den Friesian linjen kommer fra Nederland og ble opprinnelig avlet for å frakte riddere i kamp. Men da behovet for en ridderhest gikk ut av moten, ble de brukt til dressur og trekke varer i lette vogner. Mitt ønske om å eie en Friesian hest var noe ufokusert: Jeg visste at jeg ville ha en, men dette ønsket var ennå ikke knyttet til resten av mitt liv. Men jeg visste at jeg var mer egnet til å se på hester enn å ta vare på dem og visste at jeg trengte noen til å ta på dem for meg. Så jeg gikk videre for å kjøpe en Friesian hoppe, og da jeg fant en jeg likte, spurte jeg Skaperen om den og fikk beskjed om at «Hvis denne hesten blir der den var, vil den dø.»

Med enhver samtale med Skaperen er det alltid best å stille et bredt spekter av spørsmål, for eksempel «Kan jeg redde denne hesten eller kommer den til å dø likevel?» Men jeg stilte ikke dette viktige spørsmålet og kjøpte hesten, så jeg kunne redde henne. Jeg sendte hoppa til gården fra California, og omtrent to uker senere døde hun. Da jeg fikk beskjeden fra datteren min, skremte tonen hennes meg først, fordi hun oppførte seg som om noen i familien hadde dødd. Nyheten hennes gjorde meg trist, men jeg ble veldig lettet over å finne ut at det var hesten og ikke et av barna mine.

Jeg spurte: «Gud, hvorfor døde denne hesten?»

Gud sa: «Vianna, du hørte ikke på budskapet. Kjøper du en død hest, får du en død hest. Kornet hun fikk i California gjorde henne syk.» (Jeg ville ikke hatt denne leksjonen hvis jeg hadde lyttet til det jeg ble fortalt.)

Veterinæren kom og testet hoppa for å finne dødsårsaken, og riktignok dukket det opp spor av ergot (mugnet korn) i vevet hennes. Denne typen mugg er et problem i California, sannsynligvis på grunn av fuktighet som kommer inn i kornlageret og var kommet inn i vevet. Denne typen mugg er dødelig for en drektig hest og det var veterinærens oppfatning at hun hadde fått forgiftet fôr en stund.

Forsikringen dekket kostnadene for hesten og, forskrekket, men mye klokere, bestemte jeg meg for å manifestere det samme ønsket igjen under et mye strengere kriterium. Siden jeg hadde mistet en hest bestemte jeg meg for å manifestere to hester og fant to Friesian fra Carolina. Men denne gangen manifesterte jeg i regi av ThetaHealing som representasjon for dyreklassen jeg underviser. Dette betyr at det måtte være en direkte sammenheng mellom hestene og ThetaHealing for at det skulle fungere for meg. Den andre endringen jeg gjorde var å oppdra høyrangerte Friesian hester for å redde rasen.

Dette er også grunnen til at det er veldig viktig å vite timing og å koble manifestasjoner med det, ikke mot det. Hvis din guddommelige timing er å påvirke en million mennesker og du manifesterer ønsker om å leve alene på en øde øy, vil du mer enn sannsynlig ikke få det. Men hvis den øde øya vil bli brukt til å påvirke de millioner av menneskene, kan du manifestere ønsket ditt.

***Du kan manifestere hva som helst, så lenge det er synkronisert med din guddommelige timing.***

Sjelekamerater og helbredelsessentre

Når du manifesterer, forestill deg hvordan det føles å ha ønsket ditt og når du mottar manifestasjonen, ta ansvar for det. Med andre ord, hvis du kjøper en hest, må du ta vare på den, og hvis du manifesterer deg en sjelevenn, må du leve med dem.

Ofte sier folk at de ønsker å manifestere en sjelevenn, men det de faktisk ønsker er en kompatibel sjelevenn. Tross alt, de fleste av oss vil ikke ha en kompis vi bare kan bestille og ta ut av skapet når vi trenger dem. Vi vil ha noen med hjerne, og det er ikke lett - og spesielt healere vil aldri at ting skal være enkelt. Noen ganger er det imidlertid bedre å manifestere for en kompatibel sjelevenn til du er klar til å la dem være en guddommelig livspartner. Og hvis du vil ha en guddommelig livspartner, må du først spørre om personen er klar for deg og om du er klar for dem. Jeg drømte om Guy i 10 år. Jeg møtte ham. Hvis jeg hadde møtt ham tidligere, ville vi ikke ha kommet så godt overens. Det fungerte bare fordi vi begge var klare til å møte hverandre.

Enkelt sagt, forstå at når du gjør en manifestasjon kan du få den. Hvis underbevisstheten din føler at det å motta manifestasjonen vil bringe for mye fare, for mye stress, eller at det er for mye for deg, vil det stoppe manifestasjonen for deg. Dette er også grunnen til at det er viktig å jobbe gjennom mulighetene for hvorfor underbevisstheten din kan blokkere manifestasjonen.

**Spør alltid: «Hva kommer til å skje hvis jeg får manifestasjonen?»**

For eksempel, mange healere ønsker å manifestere et helbredelsessenter. hører dette, pleier jeg å si: «Er du gal? Ønsker du virkelig å jobbe på et healingsenter med andre healere?»

For all del, et healingsenter høres ut som det ideelle miljøet, men en blanding av healeres personligheter kan føles veldig forskjellig i virkeligheten- og konkurranse er alltid en faktor. Så hvis manifestere et healingsenter er på listen din, anbefaler jeg også å manifestere healere som har moral, integritet og kan fungere sammen, som også en god regnskapsfører.

Mulig du ønsker å manifestere deg som en vellykket healer, men ønsker du dette? Tenk på hva som ville skje hvis du gjorde 6 vellykkede healinger på en dag og hver enkelt klient ble helbredet? Den neste dagen ville du ha hatt 50 telefonsamtaler. Så hva om alle av de 50 personene også ble helbredet? Ved slutten av uken ville du muligens ha 1000 mennesker som ber om helbredelser. **Hva skjer hvis du hadde 1000 mennesker som ba om helbredelser?** Og på en eller annen måte var du i stand til å helbrede disse menneskene, 10 000 mennesker ville være etter deg for helbredelser- gråtende og syke og skrikende etter healing. På et tidspunkt vil det å være en vellykket healer bli overveldende, og det er derfor healere bare vil ha noen få mennesker som blir bedre over tid.

Og hvis klientene dine ikke blir bedre, må du lære å bli en bedre healer. For å bli en bedre healer, vet at Gud er healeren og finn klientens tro, men vit også at du ikke får noen til å helbredes hvis de ikke vil. **Det er viktig å fortelle for klientene at du kan jobbe med dem, men det er Skaperen som er healeren.**

For å manifestere seg til å være en bedre healer, slipp all frykt, tvil og vantrø knyttet til det. Forstå at du må være snill, hensynsfull og ikke-dømmende. Hvis du manifesterer deg å være en bedre healer og ikke har de rette evnene, vil universet bringe deg situasjoner for å lære deg det, fordi alle manifestasjoner har konsekvenser forbundet med dem.

## Start gravearbeidet

Be kunden om å visualisere hva de ville gjort med livet sitt hvis de hadde mye penger - mer enn de noen gang kunne brukt. Be deretter klienten om å utdype situasjonen ved å stille følgende spørsmål mens de visualiserer resultatet:

- **Hvor er du?**
- **Hvordan føler du deg?**
- **Hvem er med deg?**
- **Hvordan reagerer din familie/venner/sjelefrende på denne overfloden?**

### *Fortsett gravearbeidet*

Oppdag problemene som får klienten til å føle seg ukomfortabel i visualiseringen, og begynn å grave dypere for å løse eventuelle problemer som kan blokkere dem fra å skape overflod.

Still spørsmål for å identifisere problemene og oppmuntre klienten til å visualisere å ha all den overfloden de noensinne har ønsket seg. Be kunden om å visualisere:

- **Hva ville du gjort hvis du hadde alle pengene du noen gang ønsket deg?**
- **Hvor ville du vært hvis du hadde alle pengene du noen gang ønsket deg?**
- **Hvordan føler du deg med alle pengene du noen gang har ønsket deg?**

- **Hvor ville du bodd?**
- **Hvem er med deg?**
- **Hvordan ser de ut?**
- **Er det en betydelig andre i livet ditt, og hvis det er det, hvordan reagerer din familie og venner på alle de pengene?**
- **Hvordan reagerer din familie og venner på manifestasjonen din?**
- **Hvilken eller hvilke personer i livet ditt ville vært opprørt på deg hvis du hadde suksess?**
- **Hva ville de si til deg?**
- **Hva kan gå galt hvis du har alt du vil ha?**
- **Hva er det beste som ville skjedd hvis du hadde alt det alt du ville ha?**

## **GRAVETILNÆRMING 6: GENETIKK**

Når vi energi tester for tro, vil det være tider når klienten ikke har noen bevisst bevissthet om noe av de programmer som kommer opp. Når dette skjer, kan klienten bli forvirret, noe som gjør det vanskelig å fortsette gravearbeidet. Dette scenariet vil sannsynligvis skje når troen er genetisk i naturen - sendt ned gjennom DNA fra deres forfedre. For eksempel kan klienten ha fordommer, sinne eller harme mot visse personer. Forfedrenes tro kan også være utdatert og ikke tjene dem i deres nåværende levetid.

### **Forfedre**

Hvis du ikke finner svarene på hvor troen kommer fra, er det på tide å se på klientens forfedre og spørre:

- **Hvordan var de?**
- **Hva trodde de på, og hvor mye påvirket deres tro dem?**
- **Hva slags energier arvet de fra dem?**

Jeg tok over en intuitiv anatomitime som sønnen min hadde (på grunn av en nødsituasjon). Det var bare 10 studenter og jeg hadde ikke undervist en så liten klasse på mange år alene i en Basic dna, grunnklasse. Du skjønner, jo mindre klasse, jo mer vil folk spørre. Selv om dette er OK, betyr det også at de kan ta deg av oppgaven og gi dem en mulighet – så vel som annen visningsatferd som ikke er egnet til et læringsmiljø.

Det var på tide å demonstrere trosarbeid, og en av studentene, en ung britisk mann, en 21 år gammel Steinbukken, som trodde at han *visste alt* og nektet å gjøre trosarbeidet fordi han trodde at

han var perfekt. Etter den første uken etter at studentene hadde øvet med han, var stadig flere frustrerte over ham.

Mens han var rask til å påpeke feilene i andre, (han trodde) han hadde ingen selv. Det andre studentene visste at han hadde mange problemer, men han ville ikke jobbe på noen av dem. Det ble nødvendig å redde han fra resten av klassen. Jeg burde få han opp og jobbe med han foran klassen:

Vianna: «La oss gjøre litt trosarbeid.»

Student: «Jeg har det helt fint, alt går helt fint i livet mitt og jeg trenger ikke trosarbeid.»

Vianna: «OK, så la oss jobbe med faren din i stedet, og så vil du kunne fortelle om du har arvet noen genetiske programmer fra ham - men selvfølgelig, du har bare arvet dem, du har dem faktisk ikke. Hvis vi kan forandre dem i deg, kan de forandre seg i ham, hvis han godtar det.»

Han ble veldig opprømt på det tidspunktet.

Student: «Jeg vil gjerne jobbe med det.»

Vianna: «OK, hva vil du jobbe med?»

Student: «Min far, du kan ikke fortelle ham noe! Han vet alt. Han lytter aldri til noen andre; han synes han er perfekt og hører ikke på noe jeg sier. Han vil at jeg skal bli advokat, men jeg vil bli musiker og det er umulig å kommunisere med ham. Jeg vil gjerne endre dette om faren min.»

(På dette tidspunktet hevet de andre elevene øyenbrynene.)

Vianna: «Hvorfor tror du faren din er slik?»

Student: «Han var eldre enn moren min da de giftet seg. Min far var fange av krigen og den eneste medlemmet som overlevde som krigsfange. Han lærte at den eneste personen han kunne stole på for å holde seg i live var seg selv.»

Vianna: «Vil du vite at det er trygt å lytte til andres meninger og at du kan ta dine egne avgjørelser? At det er trygt å lytte og trygt å være i live?»

(Etter disse nedlastingene begynte han å jobbe med andre i klassen.) Senere ringte han meg og sa: «Vianna, den jobben vi gjorde i klassen virket virkelig! Faren min lytter til meg og lar meg gå tilbake til skolen for å bli musiker i stedet for advokat. Takk for at du forandret livet mitt.»

Dette er et godt eksempel på hvordan forfedres programmer kan påvirke livene våre og hvordan det alltid er noe for oss å jobbe med.

### **Start gravearbeidet**

Måten å begynne forfedres arbeid på er å starte med klientens foreldre. Den beste måten å se på foreldrene våre er med litt medfølelse fordi de ikke ble lært hvordan de skal være foreldre.

### **Stille spørsmål:**

- **Hvordan er din familie?**

- **Hva tror de på?**
- **Hvor kom de fra?**
- **Hva skjedde med dine foreldre? din mor, din far eller deres foreldre?**

I noen tilfeller vil ikke klienten ha direkte kunnskap om sine forfedre, og det er her intuisjonen din kommer inn. Du må be klienten ta på huden deres og se innover for å se hva som kommer opp i veien for tro.

Hver gang du utfører gravearbeid på dypt nivå, vil klienten din gjøre en endring på et genetisk nivå - noen ganger til og med i deres genetiske disposisjon. Tydeligvis er genetiske tendenser nå blitt etablert i medisin, men nyere vitenskapelige tester antyder at personer som har gjennomgått en traumatisk opplevelse kan også ha sendt traumer ned til deres barn og deres barn og så videre.

Forskningen, ledet av Rachel Yehuda, stammer fra den genetiske studien av 32 jødiske menn og kvinner som enten ble internert i en nazistisk konsentrasjonsleir, var vitne til eller opplevd tortur, eller måtte gjemme seg under andre verdenskrig. Forskerne analyserte også genene til barna deres, som er kjent for å ha økt sannsynlighet for stresslidelser sammenlignet med jødiske familier som bodde utenfor Europa under krigen. «Genendringene hos barna kan bare tilskrives Holocaust-eksponering hos foreldrene,» sa Yehuda.<sup>3</sup>

Hennes teams arbeid er det tydeligste eksemplet hos mennesker på overføring av traumer til et barn via det som kalles «epigenetisk arv» - ideen om at miljøet påvirker slik røyking, kosthold og stress kan påvirke genene til barn og muligens til og med barnebarn.

Studiet av epigenetikk er fortsatt kontroversielt fordi vitenskapelig konvensjon sier at gener i DNA er den eneste måten å overføre biologisk informasjon mellom generasjoner. Imidlertid modifiseres genene våre av miljøet hele tiden gjennom kjemiske merkelapper som fester seg til DNAet vårt og slår gener av og på. Nyere studier tyder på at noen av disse kodene på en eller annen måte kan overføres gjennom generasjoner, noe som betyr at miljøet vårt også kan ha en innvirkning på barnas helse.

Forskere var spesielt interessert i én region av et gen assosiert med regulering av stresshormoner, som er kjent for å være påvirket av traumer. «Det er fornuftig å se på dette genet,» sa Yehuda. «Hvis det er en overført effekt av traumer, vil det være i et stressrelatert gen som former måten vi håndterer miljøet på.»

### ***Fortsett gravearbeidet***

Hvis klienten sier det er feil å helbrede seg selv, er det sannsynligvis en forfedres tro. Tidligere eder, løfter eller forpliktelser - som å være ydmyk og fattig for å være nærmere Skaperen - er ikke alltid lenger nyttige i moderne liv og bør endres for å hjelpe klienten til å helbrede.

### **Eksempel**

Utøver: «Hvorfor kan du ikke helbrede?»

Klient: «Det er feil av meg å helbrede meg selv, fordi healing betyr at jeg er egoistisk.»

Still følgende spørsmål og fortsett å grave for å identifisere det genetiske problemet ved å spørre klienten om en viss tro er klientens mors, fars eller en stamfars.

- **Er dette din mors tro?**
- **Er dette din fars tro?**
- **Er dette din forfedres tro?**
- **Hvis du kunne jobbe med din far eller mor, hvilken tro ville du ønsket å jobbe med?**
- **Hvordan tjente det dem og hva fikk de ut av det?**
- **Har de lært alt som trengs for å lære dem?**

Hvis klienten energitester med et «Ja»-svar, last ned klienten at «det er fullført» og følelsen av at de kan gå videre.

Husk at ikke all forfedres tro må endres fordi mange - som stahet, humor og utholdenhet, for eksempel - er gunstige.

### **GRAVETILNÆRMING 7: HISTORISK NIVÅ**

Når vi lærer å gå inn i en Theta-tilstand, åpner våre psykiske sanser seg, og vi kan også oppleve erindringer fra tidligere liv. Som utøver er dette noe å være oppmerksom på slik at du kan veilede klienten gjennom denne delikate tiden. Hvis klienten blir så oppslukt av minner, vil det gjøre det vanskelig for dem å forstå hva som virkelig betyr noe og gå videre.

Dette er grunnen til at når tro på historienivå dukker opp i en graveøkt, må du energiteste klienten for å sjekke at det tidligere livet er komplett. Hvis du får et «Ja»-svar, kan du laste ned at disse problemene er løst. Hvis de energitester med et «Nei»-svar, bør du spørre klienten hva de har lært av sitt tidligere liv.

Vanligvis vil bare en tiendedel av klientene trenge å jobbe på dette nivået. Faktisk har de fleste som kommer til ThetaHealing-klasser allerede uteksaminert fra energien til det tredje planet og deres tidligere liv er løst, men dette hindrer dem ikke i å huske dem.

Når det gjelder trosoppfatninger på historienivå, er de tidligere livene som først huskes også vanligvis de mest tragiske. I lesninger vil du finne at folk alltid snakker om vanskelighetene sine først, og å bli sittende fast i et tidligere liv kan forårsake et reelt problem i trosarbeid. Det er lett å bli oppslukt av energier fra tidligere liv, med mindre vi tar det gode fra disse erfaringene og fortsetter med livet. Vårt fokus bør være å hjelpe denne planeten til å våkne opp her og nå.

Hvis det hjelper å huske en annen tid og et annet sted, er det bra, men mange gode synske blir fanget opp i fortiden.

Jeg var 31 da jeg hadde min andre store erfaring fra tidligere liv under litt forløsnings-arbeid. Det var et så sterkt minne at massasjebordet jeg lå på gikk i stykker - bare knakk i to uten grunn. Minnet var så detaljert: Jeg var en egyptisk yppersteprestinne og de hadde kuttet ut hjertet mitt. Jeg ble oppslukt av minnet om denne tiden og brukte et år på å prøve å huske mer og løse problemer. Jeg forstår nå at jeg var heldig som ikke ble helt oppslukt av det.



Til å begynne med husket jeg fra min første erfaring fra tidligere liv at menneskene som elsker deg forråder deg. Men da jeg spurte Gud om livet, ble jeg fortalt: «Du må endre den troen og nei, det er ikke det du har lært.» Så viste Skaperen meg dydene jeg hadde lært i det livet; det var en

av de to levetidene som jeg har fått mange av dydene jeg bærer fra liv til liv.

Andre synske jeg kjenner var ikke så heldige. For eksempel husket en synsk jeg kjenner at hun var Chief Red Cloud i et tidligere liv. Hun var så oppslukt av dette minnet at det påvirket hennes mentale stabilitet, og hun endte opp i fengsel og fortalte folk at hun var Chief Red Cloud. Husk at det er mange grunner til minner fra tidligere liv; de kan komme fra genetikk eller fra andre påvirkninger.

Noen mennesker akkumulerer disse essensene og bærer tro fra tidligere liv, for eksempel et løfte om fattigdom. Som utøver kan du bare gå opp og befale at den rett og slett er borte. Men på et eller annet nivå ble eden avlagt av en grunn, og forsøk på å slette den vil ikke hjelpe siden den vil installere seg selv på nytt. Men hvis du erkjenner at erfaringen fra tidligere liv var levedyktig, kan edens energi transformeres eller flyttes inn i det nåværende livet som fullført. Deretter kan du energiteste klienten for å se om eden eller løftet er fullført. Hvis det er noe som klienten husker med klarhet, kan du spørre dem hva de har lært fra det livet.

Noen ganger bruker synske tidligere liv som en skjerm for å unngå å håndtere det underliggende problemet. Når en klient begynner å snakke om tidligere liv, vil noen healere bruke unnskyldningen «Jeg vil bli drept for å være en healer» for å komme videre som healer. Dette gjelder de fleste healere i fortiden og kan gjøre oss mer redde for suksess og publisitet enn vi er av fiasko. Men det er også derfor vi bør søke å løse disse programmene - fordi det er vårt oppdrag, grunnen til at vi kom hit.

I hvert liv oppnår vi forskjellige dyder; Imidlertid er det vanligvis to eller tre liv hvor vi oppnår flere dyder enn andre. Dette er de vi husker mest, og jeg kaller dem «avgangsliv.» Som mestere i denne tilværelsen prøver vi å huske alle dydene vi har oppnådd og mestret, og husker at dyder er de høyeste tankevibrasjonene. Jeg lister opp dydene som trengs for å være en god healer i Planes of Existence.

## Tidligere livstro

I virkeligheten har vi alle førstefødselsretten til å be Skaperen om helbredelser. Men hvis vi har visse dyder, vil helbredelsene være mer konsekvente. En av dydene som trengs for helbredelse er vennlighet. Når mesteren husker godhetens dyd, vil livet hvor noen har mestret godhetens dyd komme til tankene.

Som jeg beskrev tidligere i boken, er det fire nivåer hvor troen holdes i et individ:

- Kjerne
- Genetisk
- Historie
- Sjel

Noen av troene som er iboende på historienivå inkluderer tro på tidligere liv og gruppebevisste tro.

Historienivået har energiske minner som gjør oss til det vi er og hjelper oss å vokse. Noen av disse opplevelsene kan imidlertid være negative i naturen, og disse energiene må løses. I dette tilfellet må du være vitne til klientens traumer og drama og løse disse emosjonelle energiene ved å sende dem til Guds lys – samtidig som du hjelper klienten til å se eventuelle læringer fra hukommelsen.

La oss for eksempel si at noen ble brent på bålet for å ha vært en healer i et tidligere liv. I den nåværende tiden blir de angrepet for å være en healer siden de på en eller annen måte ubevisst gjensker situasjonen. Dette betyr at de trenger å løse problemet med tidligere liv ved å sende bort smerten og angsten ved den opplevelsen. På denne måten fortsetter de ikke å gjenoppleve hendelsen, men beholder minnet om å være en healer.

I Et godt eksempel på en tro fra historienivå er en som er nevnt tidligere i boken: studenten som trodde hun var Jeanne d'Arc. Under gravingen sa studenten: «Jeg må ofre livet mitt for min tro,» og trodde hun var Jeanne d'Arc. Om det var «sant» eller hvor det kom fra spiller ingen rolle eller sak. **Det som betydde noe var å endre troen på at hun skal dø for det hun tror, og energien til troen er fullført.** Da kunne hun tro det hun trengte, fortsatt leve et sunt liv.

***Vi prøver ikke å trekke troen på hvem klienten tror de var, men erstatte den gjenværende troen som forårsaker et problem.***

tilstedeværelsen av tidligere livstro betyr ikke nødvendigvis at de faktisk har levd. Noen intuitive mennesker samler opp minnene fra en annen persons tidligere liv fra spøkelsesavtrykk av levende gjenstander som krystaller. De gamle minnene fra disse avtrykkene kan forveksles for tidligere liv. Alt vi berører avhenger av vår essens, det samme gjør alt som berøres av andre. Noen av disse energiene kan komme fra genetiske minner eller fra akashiske opptegnelser. Når vi er i riktig sinnstilstand, kan vi oppleve noen av disse overlappende minnene.

## Gruppebevisste tro

Når mange mennesker har den samme troen, for eksempel «diabetes er uhelbredelig», aksepterer de det som et faktum, og det blir en gruppebevisst tro. Når nok mennesker tror det samme, blir det en del av den kollektive bevisstheten om menneskeheten. Når en intuitiv person kobler seg til den kollektive bevisstheten, kan den aksepteres og forveksles med en ultimat sannhet. Når dette skjer, må troen endres til en positiv energi.

Eksempler på gruppebevisste tro inkluderer:

«Diabetes er uhelbredelig.»

«Verdens ende kommer.»

«Det var min feil at Atlantis ble ødelagt.»

«Jeg er redd for å bruke makten min.»

«Jeg avla et løfte om fattigdom.»

### **Start gravearbeidet**

Finn disse troene og endre dem, slik at troen ikke påvirker klientens liv. Gjør kommandoen eller forespørselen: «Dette er fullført nå. Dette er ferdig. Jeg er klar til å gå videre. Takk. Det er gjort. Det er gjort. Det er gjort.»

#### **Fortsett trosarbeidet ved å spørre:**

- **Når startet det?**
- **Hva fikk du ut av dette?**
- **Hva lærte du av det?**
- **Er den fullført? Hvis svaret er «Ja», beordre at det er fullført i dette livet og «Jeg trenger det ikke lenger.»**

#### **GRAVETILNÆRING 8: DET UMULIGE**

Selv om Skaperen utfører helbredelsen, er du vitnet. Hvis du tror at helbredelsen er umulig, vil vitne om helbredelsen også være umulig. Faktisk, hver gang du tror at det er umulig å helbrede noe, er det selvfølgelig umulig! Det er derfor vi er ThetaHealere, fordi vi er veldig flinke til å gjøre det umulige. Vår jobb er «alt er mulig.»

Noen forskere tror at mange ting er umulige, inkludert helbredelse. Og likevel har konvensjonell medisin nettopp oppdaget et hittil ukjent organ i kroppen – kalt «interstitium»; en som ble savnet i løpet av de siste 150 årene med anatomiske studier og kan hjelpe medisinske forskere til å forstå hvordan kreft sprer seg. Tilsvarende pleide forskere å tro at pinealkjertelen ikke hadde noen hensikt, og da jeg var liten, fjernet leger vilkårlig mandlene under påskudd av at de var «ubrukelige».

Da jeg bodde i Idaho dro jeg til legen fordi jeg ikke følte meg bra. Under den fysiske undersøkelsen så legen i meg halsen og fortalte meg at jeg hadde de største mandlene hun noen gang hadde sett, og spurte hvorfor de ikke var fjernet lenge før? Dette føltes ikke riktig for meg, og jeg nektet å opereres og gjorde en healing på det i stedet. Det var omtrent på denne tiden jeg også flyttet fra Idaho til Montana.

Da jeg bodde i Idaho var jeg allergisk mot hver eneste busk og busk (ifølge legen). Men da jeg flyttet til Montana og gikk til en lege for de samme allergitestene, var jeg ikke allergisk mot noe. Men vet du hva annet som var borte? Mine hovne mandler. Denne legen fortalte meg at han ikke kunne finne mandlene mine og spurte meg om jeg hadde fjernet dem. Likevel fortalte den andre legen meg et år før at jeg hadde de største mandlene hun noen gang hadde sett. Det må være umulig!

Jeg la allergijournalen sammen med alle de andre, som kongestiv hjertesvikt (da jeg overlevde sa legen: «Å, egentlig ikke.»), svulsten i beinet mitt (som legene sa: «Jeg vet ikke hvor den ble av.»). Alle disse postene er i en safe slik at noen en dag vil se på dem og se at de alle var umulige.

#### ***Umulig er hjernegodteri. (Braincany.)***

Jeg jobbet en gang med en liten jente på tre år med diabetes 1. Jeg gjorde en helbredelse på henne og var vitne til at Skaperen arbeidet med hennes DNA. Siden helbredelsen hadde barnet ikke brukt insulin på fem år, men barnets mor sa: «Datteren min har diabetes type 1, og det er fem år siden hun brukte insulin.» Når hun sier at datteren hennes «har diabetes type 1», *håper hun at diabetesen er*

*borte, men hun tror det egentlig ikke.* Et sted i underbevisstheten trodde hun at diabetes fortsatt var der.

Intuitiv helbredelse er også relatert til hvor mye vi har ryddet oppfatninger knyttet til det som oppfattes som umulig. **Trosarbeid bør fokuseres på det som oppleves som umulig å bli mulig.** I DNA 3-klassen lærer ThetaHealers å gjøre helbredende arbeid på miljøet og planeten ved å bli klar over den umulige troen som ligger i massiv gruppebevissthetstro. De begynner å lære hvem de er, ikke som et tredimensjonalt vesen, men som et flerdimensjonalt vesen som har en tredimensjonal opplevelse. Denne menneskekroppen er vårt livsstøttende system, men vi er mer enn det fysiske. Å bevise dette innebærer å overbevise elevene om at de kan flytte materie med ren tanke. Men mange elever gir opp disse øvelsene fordi de tror de er umulige. Umulige ting kan gjøres.

## ***Start gravearbeidet***

Når de står overfor skiftende tro på det umulige, tror noen mennesker at de vil forlate familiene sine og gå videre til en annen dimensjon. Dette er ekte frykt, og klienten kan trenge mange nedlastinger for å få dem til å føle seg komfortable.

I trosarbeid er spørsmålene å stille:

***Hva kommer til å skje hvis du kan gjøre det du tror er umulig?***

***Hva kommer til å skje hvis du kan flytte materie med tankene dine?***

***Hva kommer til å skje hvis du kan være vitne til helbredelser?***

***Disse spørsmålene er noen ting som kan bringe opp forferdelig frykt hos mennesker, for eksempel:***

***Hvis jeg kan gjøre dette, vil folk være redde for meg.***

***Folk vil prøve å drepe meg.***

***Bare Kristus kan helbrede.***

***Det er galt å være som Kristus.***

***Hvis jeg gjør magi, kan jeg bli brent som en heks.***

Klienter tror ofte at det er vanskelig å endre tro på det umulige, og derfor er det viktig å fjerne disse og andre fryktene, slik at klienten forstår at det er trygt å gjøre det, og de vil ikke misbruke evnene sine som et resultat.

Det nye testamentet forteller oss at Kristus gjorde mange mirakler. I hovedsak sa Kristus: **«Du kan gjøre de tingene jeg kan gjøre.»** Men det var en annen mann ved navn Apollonius som på samme tid ble påstått å ha gjort helbredelser omtrent på samme måte som Kristus, men det ble skrevet svært lite om ham. Det har vært mange referanser gjennom historien om mirakuløse helbredelser. På et tidspunkt i kristendommens utvikling ble healere enten gjort til helgener eller brent på bålet – avhengig av holdningen på den tiden.

I noen gruppebevissthet antas det å helbrede noen med tanke- og bønnenergien er umulig. Av dette lærer vi at andres frykt, tvil og vantrø ikke vil utrette noe. I motsetning til de andre gravemetodene som brukes for å finne blokker, brukes denne gravemetoden til å omprogrammere hjernen til å akseptere at det umulige kan endres med kraften til fokusert tanke og bønn.

I denne utforskningen lærer vi å jobbe med det individets underbevissthet mener er umulig; å lære dem at det er troen i sinnet som holder denne virkeligheten på plass. På denne måten kan det som virker umulig faktisk bli mulig. På alle nivåer var du på en eller annen måte. Lærte at dette var umulig, men det er feil

Det første du må lære deg selv er at noe er mulig. Problemene som kan dukke opp i trossarbeid med en klient er frykt som «folk vil tro at jeg er annerledes», «folk vil prøv å såre meg», eller «hvis jeg er annerledes, passer jeg ikke inn», for eksempel, så du må kanskje bruke fryktarbeid (den første gravemetoden) for å fjerne problemer om det umulige.

***Det er viktig å utvikle evnen til å bruke hvilken som helst av de 10 gravetilnærmingene i en økt når behovet byr seg.***

## **Fortsett gravearbeidet**

Hvis klienten uttrykker programmer og tro om det de mener er umulig i graveprosessen, er det nyttig å endre disse troene, slik at de kan akseptere en helbredelse.

Fortell klienten om å unngå bruken av følgende uttrykk, enten i muntlige uttalelser eller tanker.

**«Jeg kan ikke...»**

**«Problemet mitt er...»**

**«Det er umulig...»**

**«Ja, men det fungerer ikke for meg.»**

Still kunden følgende spørsmål:

prøv å såre meg,» eller «hvis jeg er annerledes, passer jeg ikke inn», for eksempel, så du må kanskje bruke fryktarbeid (den første gravemetoden) for å fjerne problemer om det umulige.

Det er viktig å utvikle evnen til å bruke hvilken som helst av de 10 gravetilnærmingene i en økt når behovet byr seg.

Fortsett gravearbeidet

Hvis klienten uttrykker programmer og tro om det de mener er umulig i graveprosessen, er det nyttig å endre disse troene, slik at de kan akseptere en helbredelse.

Fortell klienten om å unngå bruken av følgende uttrykk, enten i muntlige uttalelser eller tanker.

**«Jeg kan ikke...»**

«Problemet mitt er...»

«Det er umulig...»

«Ja, men det fungerer ikke for meg.»

Still kunden følgende spørsmål:

- Hva ville skje hvis...?
- Hva ville skjedd hvis du kunne gjøre dette?
- Hvorfor er det umulig?
- Hvem fortalte deg at det var umulig?

Last ned troen på «det umulige er fullført» og «det er mulig.»

## GRAVETILNÆRING 9: NÅVÆRENDE GRAVING

### LÆRER FRA MOTGANG

I denne gravetilnærmingen veileder du klienten til å oppgi sitt nåværende problem og spør deretter hva de får ut av det: «**Hvilken fordel får du av vanskelighetene du opplever?**»

For hver motgang er det en dypere grunn til at det skjer. Sjelen vår lærer av hver livserfaring. Det spiller ingen rolle for sjelen om dette er gode eller dårlige opplevelser, men det spiller ingen rolle hva vi får fra dem. Hvis vi kan lære dyder gjennom en vanskelig situasjon, er dette en god ting for sjelen, og hvorfor det er viktig å gjenkjenne de gode tingene som vi har lært fra vanskeligheter. På denne måten slipper vi å gjenta vanskelighetene i andre situasjoner og kan utvikle oss åndelig uten dem.

### **Start gravearbeidet**

I denne gravetilnærmingen veileder du klienten til å oppgi problemet de opplever i denne tiden. Så spør du klienten hva de lærer av det.

Følgende trosarbeidsøkt er et godt eksempel:

I seansen fortalte mannen meg at han hadde flyttet moren sin inn i huset hans og at hun gjorde ham gal. Jeg spurte ham: «Hva får du ut av å ha moren din i huset ditt?»

Han tenkte en stund før han svarte: «Moren min var en veldig kontrollerende person da jeg var yngre. Hun kontrollerte alt i livet. Nå som hun er i livet mitt kontrollerer jeg alt i livet mitt. Mine

brødre og søster vil ikke komme og se meg lenger fordi de misliker henne, så nå kan de ikke be meg om lån.»

Plutselig så han situasjonen han hadde skapt på et dypt underbevisst nivå og hvordan det tjente ham.

Jeg lærte ham å forstå moren sin, så han kunne leve med henne. Jeg lærte ham også hvordan han skulle leve uten å måtte kontrollere henne. Mannen var i stand til å leve et mer harmonisk liv som et resultat.

Det er mye som kan endres ved å jobbe med oss selv.

### **I et annet tilfelle kom en kvinne til meg for å lese.**

Kvinne: «Av en eller annen grunn kan jeg ikke tjene mer penger enn det jeg tjener nå. Jeg er blokkert av en eller annen grunn. Jeg er i en skilsmisse og lider så mye.»

Vianna: «OK, lukk øynene og fortell meg, hva får du ut av å lide så mye?»

Kvinne: «Jeg får ikke noe ut av dette. Jeg sliter.»

Vianna: «OK lukk øynene og gå opp og spør Skaperen,

Hva får jeg ut av dette strevet?

(Hun lukket øynene noen øyeblikk før hun snakket)

Kvinne: «Så lenge jeg bare tjener så mye penger, trenger jeg ikke gi mannen min halvparten. Når vi er skilt kan jeg beholde alle pengene jeg tjener.»

Denne erkjennelsen forandret livet for henne. Hun måtte bare forstå hvorfor det var så vanskelig. Og da skilsmissen var fullført, begynte hun å tjene masse penger.

### **I en annen økt søkte en klient en sjelevenn og ba meg hjelpe henne.**

Kvinne: «Hvorfor finner jeg ikke sjelevennen min? Jeg har lett og sett i 10 år. Jeg har gjort alt. Hvorfor finner jeg ham ikke?»

Vianna: Hva får du ut av å ikke ha en sjelevenn?

Kvinne: «Ingenting, jeg vil ha en!»

Vianna: «Lukk øynene og tenk. Hva får du ut av dette?»

(Hun tenkte på det før hun snakket)

Kvinne: «Så lenge jeg leter etter en sjelevenn, trenger jeg ikke å ha en. Jeg liker huset mitt. Jeg liker måten jeg lever på, men alle synes jeg burde ha en sjelevenn. Men hvis jeg får en sjelevenn, vil han endre måten jeg lever på og måten jeg er. Jeg vil ikke endre meg.

På 30 sekunder hadde hun fått svaret på hvorfor hun ikke fikk det hun trodde hun ville.

I samtale sa en venn til meg: «Jeg kan ikke gå ned i vekt» mens han gumlet på en sjokoladeplate.

Jeg spurte henne: «Hva får du ut av å være feit?»

Hun så på meg og sa: «Du vet at jeg er en eldre kvinne. Hvis jeg går ned i vekt vil jeg bli rynkete. Jeg vil ikke bli rynket. Hvis jeg går ned i vekt, blir mannen min mer sjalu og jeg vil ikke være en skrumpen sviske.»

Trosarbeid på vanskeligheter vil alltid vise de skjulte motivasjonene som vi prøver å unngå å se.

Denne kvinnen kom til meg fordi hun nesten hadde skilt seg 14 ganger; mannen hennes forlot henne på samme tid hvert år.

Vianna: «Din mann forlater deg på samme tid hvert år?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Og kommer han tilbake?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Hvordan skjer dette? Pakker han sammen alle tingene sine og drar?»

Klient: «Ja. Han forteller meg at vi burde skilles, og da burde jeg endre navnet mitt og det er for alltid. Han begynner å selge huset vårt og kommer så tilbake.»

Vianna: «Lukk øynene og fortell meg, hva får du ut av den situasjonen?» sier: «Vi er gift igjen.»

Klient: «Første gang det skjedde, var jeg syk og gikk tilbake til helbredelsesarbeidet. Først tok jeg psykoterapi og så begynte jeg på ThetaHealing. Jeg åpnet et nytt senter og begynte å reise. Da han bestemte seg for å forlate meg, reiste jeg, laget nye prosjekter og var veldig glad. Da han bestemte seg for å komme tilbake, følte jeg meg tung først, men så innså jeg at sammen har vi bedre muligheter i livet. Jeg innså at vi elsker hverandre. Fortsatt kjemper to deler av meg selv mot hverandre i ekteskapet. Den ene delen ønsker å være fri og den andre vil være gift. Så starter syklusen på nytt, og det blir vanskelig mellom oss.»

Vianna: «OK, når han går kan du leke litt og det er lettere å gjøre din healing. Dater du når han er borte?»

Klient: «Nei, jeg vil ikke ha noen andre. Når han er borte er han sjalu på meg, men føler seg bedre enn når han er med meg.»

Vianna: «Så du liker at han gjør dette. Det gir deg frihet, hjelper deg til å gjennomføre andre prosjekter, og så får du ekteskapet ditt tilbake.»

Klient: «Når vi kommer sammen igjen er det på et nytt nivå og forskjellig hver gang.»

Vianna: «Så lenge du er klar til å skille deg, trenger du ikke skille deg, og du beholder noe av friheten din.»

Klient: «Ja, og jeg trenger ikke en ny mann i livet mitt.»



Vianna: «Dette høres ut som det holder forholdet ditt veldig interessant.»

Klient: «Men nå er vi lei av situasjonen.»

Vianna: «La oss se. Jeg skal energiteste deg. Gjenta etter meg: «Jeg er lei av at mannen min drar og kommer tilbake.»

Klient: «Jeg er lei av at mannen min forlater meg og kommer tilbake.»

(Hun energitester med et «Nei»-svar.)

Vianna: «Si: «Jeg liker å ha en pause fra mannen min.»

Klient: «Jeg liker å ha en pause fra mannen min.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Si: «Familien min er lei av denne situasjonen.»

Klient: Familien min er lei av denne situasjonen.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Min far og mor er lei av situasjonen.»

Klient: «De vet ikke om det.»

Vianna: «OK, hvem andre vet om det?»

Klient: «Barna mine er lei av situasjonen.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: Si: «Jeg liker situasjonen.»

Klient: «Jeg liker situasjonen.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: Si: «Så lenge denne situasjonen fortsetter, kan mannen min og jeg fortsette å starte om og om igjen.»

Klient: «Så lenge denne situasjonen vedvarer kan mannen min og jeg fortsette å starte om og om igjen.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Vil du vite at du fortsatt kan ha noe av friheten din uten denne situasjonen, og du kan begynne på nytt uten å bryte opp og komme sammen igjen?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Si: «Jeg blir lei av å være gift.»

Klient: «Jeg blir lei av å være gift.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Vil du vite at du kan skape spenning i ekteskapet ditt?»

Klient: «Ja, jeg kjeder meg.»

Vianna: «Kan vi endre frykten din for å kjede deg?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Kan jeg endre troen på «Jeg kjeder meg» til «ekteskap kan være spennende?»»

Klient: «Ja. Da jeg valgte en mann, passet jeg på at han var vanskelig. Alle mennene jeg datet som var positive var også kjedelige.»

Som du kan se fant vi hva hun fikk ut av situasjonen, og det var mange positive ting. Så lærte vi henne at hun kunne ha positive ting uten å skape den situasjonen. Så energitestet vi henne for å se om den situasjonen var over.

Vianna: Si: «Jeg må skape denne situasjonen med mannen min.»

Klient: «Jeg må skape denne situasjonen med mannen min.»

(Hun energitester med et «Ja»-svar.)

Vianna: «Så, når tror du at du vil slutte å lage denne situasjon? Et år? To år?»

Klient: «Jeg kan ikke forstå hvorfor jeg trenger denne situasjonen.»

Vianna: «Vel, du får en sjanse til å være fri og skape.»

Klient: «Når jeg reiser og vi er fra hverandre føler jeg meg skyldig, men når han drar, føler jeg meg ikke skyldig. Når jeg kommer hjem, er jeg veldig snill.»

Vianna: «Vil du endre det? Vil du vite at dere kan reise uten å føle skyld, og dere kan reise sammen?»

Klient: «Jeg vil reise uten å føle skyld, men når vi reiser sammen må jeg betale for alt fordi han aldri har penger.»

Vianna: men du er gift. Deler dere ikke penger?

Klient: «Men Jeg tjener mesteparten av pengene i forholdet.

Vianna: «Er det «pengene» dine i forholdet?

Klient: «Ja.»

Vianna: «Men du elsker ham. Når du elsker noen, er det OK og dele pengene. Vil du vite at en tjener så mye penger at du kan reise sammen med hans selskapet? Og kan finne en jevn balanse i forholdet slik at han føler seg viktig?»

Klient: «Ja, og at jeg skal ha nok for meg selv til ham og barn.»

Vianna: Vil du vite hvordan du kan dele pengene dine med den du elsker uten å bli ergerlig, og at du har lyst til å gjøre mer sammen - vel vitende om at han hjelper deg å være trygg?

Klient: «Ja.»

Vianna: «Si: «Det er galt for en kvinne å tjene mer enn en mann»

Klient: «Det er galt for en kvinne å tjene mer enn en mann.»

(Klient: energitestet med et «Ja»-svar)

Vianna: «Dette kan være et genetisk program. Vil du vite at det er fantastisk å tjene penger og det du kan tjene penger uten en følelse av skyld, og det kan godtas?»

Vi hadde funnet det hun fikk ut av situasjonen, men mens vi fortsatte å grave fant vi flere ting å jobbe med.

Vianna: «Hvilken dyd lærte du av denne situasjonen?»

Klient: «Jeg lærer å tilgi og å elske ham fullstendig.»

Vianna: «Har du lært å dele? Hvordan tilgi ham?»

Klient: «Jeg lærte å føle ham, og jeg lærte klarsyn fordi jeg kan lese tankene hans. Jeg har lært å respektere hans fri vilje.»

Vianna: «Du har også lært å være en god healer, og du kan lykkes selv. Vil du vite at du har lært av disse tingene? Og er du klar til å lære mer og vet at den er fullført? Og kan du kjenne igjen disse tingene?»

(Klienten gråter.)

Klient: «Ja.»

Vianna: «Og vil du vite hvordan du lar ham elske deg fullt og helt?»

Klient: «Ja.»

Vianna: «Når du reiser, er det ikke det at du har noe imot å dele med ham, men at du føler deg brukt. Vil du se de gode delene av ham når du reiser?»

Klient: «Ja.»

På slutten av økten visste klienten hva hun fikk ut av forholdet og hva hun lærte av det.

**Her er noen spørsmål du kan stille deg selv eller en klient for å identifisere problemer med unødvendige vanskeligheter:**

- **Hvorfor lar du folk behandle deg som de gjør?**
- **Hvorfor har du økonomiske problemer?**
- **Hvorfor sliter du med kjærlighet?**
- **Hvordan hjelper denne vanskeligheten deg?**
- **Hva får du ut av det?**
- **Hvorfor laget du den?**
- **Hvilken dyd utvikler du fra motgang?**
- **Hvordan kan du utvikle dyder uten vanskeligheter?**
- **Vet du hvordan det føles å leve uten vanskeligheter og fortsatt utvikle dyder?**

## **GRAVETILNÆRING 10: LÆRE DYDER**

Hva lærer du av vanskeligheter og utfordringer? Hvilke dyder utvikler du fra dine erfaringer?

Sjelens hensikt i dette livet er å lære dyder og utvikle evner. Som beskrevet tidligere i boken, er en dyd en lett tankeform som tillater oss å skape. Disse dydige tankene frigjør oss fra kroppens materialistiske anker. Ikke-dydige tanker er tunge og blokkerer våre iboende evner. For eksempel, hvis du ønsker å bli en bedre healer, trenger du dydene som vennlighet, **ikke-dømmekraft**, og omsorg for andre. Vi gis muligheter til å utvikle dyder gjennom hele livet; kunsten er å utvikle dem uten å måtte oppleve vanskelige situasjoner først.

Sjelen må utvikle dyder for å kunne oppnå sin guddommelige timing (kreves for manifestasjon, som beskrevet ovenfor). Dette betyr at alt vi noen gang har gjort betyr noe. Enhver opplevelse, god eller dårlig, betyr noe, siden den har lært oss noe godt.

Men hvilke evner trenger vi? Hvis vi spør Skaperen hvordan vi kan bli en bedre healer, kan all frykt, tvil og vantro om helbredelse komme opp. Men for å bli bedre healere må vi være snille, tolerante, tålmodige, omsorgsfulle og samarbeide med andre mennesker uten å være dommere.

Så snart vi blir klar over disse dydene, jobber sjelen for å oppnå dem. Dette gir oss mulighet til å jobbe mot dyder slik at universet da ikke gjør det for oss.

***De eneste tingene som stopper healing fra å skje, er frykt, tvil, vantro og mangel på dyder.***

## Start gravearbeidet

Hver klient du samhandler med er, sjelens trinnvise oppstigning. Hver ny klient gir deg muligheter til å utvikle dyder. Mens hver klient kan lære oss noe nytt om graveprosessen - som da kan bli brukt for å hjelpe andre- er det også viktig å forstå hva det lærer deg om deg selv og din tro. Mens trosarbeide burde ikke handle om deg, det er fortsatt nyttig å energiteste deg selv for lignende tro etter økten.

## DYDIG ØVELSE

Gå sammen med en annen person og bytt på å dele hva som skjer i livet ditt og hva du har lært av disse livserfaringene.

Med hver opplevelse, snakk om hvilken dyd du har fått fra den og hvilke dyder sjelen din ønsker å utvikle.

Ta deretter å bytt rollen som utøver og energitest for å se hvis den andre personen (i rollen som klient) har mottatt læring slik at de kan gå utover den leksjonen.

## DANSEN

Det siste trinnet i trosarbeid er å sette alle disse 10 gravemetodene sammen slik at de blir en vakker dans; en helbredende kunst som gagnar ikke bare klienten, men også deg. Ingen skal føle seg torturert i en trosarbeidsøkt. Når klienten går, skal de utstråle glede og kunnskap. Hvis du jobber med deg selv, bør du være spent på å jobbe med deg selv. Hvis du vet hvordan du legger alle de forskjellige gravetilnærmingene i én økt, vil klienten føle seg trygg. Og ved å fortsette å gjøre trosarbeid på deg selv, vil du bli en mer dyktig og effektiv healer.

## KONKLUSJON: Å VÆRE EN THETAHEALER

### - Husk hva det vil si å være en ThetaHealer:

En ThetaHealer samarbeider med andre for å oppdage begrensende tro på dem fra det de ønsker.

ThetaHealer lærer andre hvordan de kan omfavne deres tro.

ThetaHealer lærer andre hvordan de kan spørre Skaperen om hjelp.

ThetaHealer lærer andre hvordan de kan bli guddommelige vesener.

ThetaHealer lærer andre at det er bra å gå til legen.

ThetaHealer lærer andre at det er OK å gå til en healer.

ThetaHealer lærer andre at det er OK se en ånd, og at de ikke er gal, og hvordan man sender den til lyset.

*Vi lærer folk hvordan de skal leve,  
og bli den de egentlig er.*

### **Her følger noen nedlastinger:**

«Jeg vet hvordan det føles å sette interessene til min klient over min egen.»

«Jeg vet hvordan jeg skaper sammen med Skaperen.»

«Jeg vet hvordan jeg skal grave etter nøkkeltroen fra et Syvende plans perspektiv.»

«Jeg vet hvordan jeg skal bruke alle metodene for gravearbeidet i en økt.»

### **ORDLISTE**

#### **Trossystem**

Et individs eller sosial gruppes oppfatning av hva som er rett og galt og hva som er sant og usant.

#### **Trosarbeid**

En prosess for å trekke og erstatte trossystemer.

#### **Kroppsspråk**

Fysiske bevegelser som uttrykker et individs følelser og sinnstilstand.

#### **Kjede av tro**

Overbevisninger som er stablet oppå hverandre, som utgjør et trossystem. Se også trossystem.

#### **Bevisst**

Å være fullstendig klar over handlinger og selvtilit. Det er teoretisert at det bevisste sinnet bare styrer 10 prosent av hjernen og underbevisstheten de resterende 90 prosentene. Se også underbevissthet.

#### **Kjernetro**

Et av de fire trosnivåene. Atferdsmønstre i det underbevisste sinnet fra dette livet og stammer for det meste fra barndommen - som har blitt en del av programmene våre. Ofte er dette et forsøk fra underbevisstheten side for å beskytte oss og holde oss trygge. Ved arbeid på dette nivået vil utøveren se endringer i frontallappen. Se også fire nivåer av tro, programmer og underbevissthet.

#### **Skaperen av alt som er**

Den mest intelligente, perfekte kjærlighetsenergien der alt som eksisterer er skapt.

#### **Krystall layout**

En teknikk for å hente genetiske minner og minner fra tidligere liv.

#### **Gravearbeid**

En prosess for å finne en kjede av overbevisninger som er stablet oppå hverandre og for å endre bunnen eller nøkkeltroen. Se også kjede av tro.

### Guddommelig timing

Å kjenne din skjebne og la universet komme inn og hjelpe deg.

### Nedlastinger

En prosess med å være vitne til positive bekreftelser som kommer ned fra Skaperen av alt som er inn i sinnet som om det var en datamaskin. Se også Skaperen av alt som er.

### Energitestning

En prosess i Thetahealing for å teste for trossystemer. Se også trossystem.

### Følelse arbeid

En prosess for å lære bort følelser fra Skaperens perspektiv. For eksempel: Guds perspektiv på dyder som vennlighet, tålmodighet, ikke-dømmende osv. Se også Skaperen av alt som er.

### Fire nivåer av tro

Det er fire forskjellige nivåer av tro: kjernetro, genetisk tro, historietro og sjelstro. Se også kjernetro, genetiske tro, historietro og sjelstro.

### Fri vilje

Fri vilje er muligheten til å velge hva du tror på. Det er en lov i universet som ikke kan brytes.

### Genarbeid

En prosess for å positivt påvirke strukturen til et genkarma. Det er tre typer karma:

#### **Karma av nåtid.**

#### **Karma av genetikk.**

#### **Karma fra tidligere liv.**

Karmaen i dag er ting gjort i nåtiden som skaper karma. For eksempel, hvis du behandler noen dårlig, behandler de deg dårlig til gjengjeld. Genetikens karma betyr en arvelig egenskap fra en forfedre, så vel som karmaen knyttet til dem. Karmaen fra tidligere liv er å bringe karma videre fra et tidligere liv. Dette er eldgamle hinduistiske oppfatninger, men i moderne tid er dette kjent mer kjent som årsak og virkning.

### Genetisk tro

Et av de fire trosnivåene. Tro vi har arvet fra våre foreldre og forfedre, opptil syv generasjoner fremover og syv generasjoner tilbake. Se også fire nivåer av tro og syv generasjoner fremover og syv generasjoner tilbake.

### Healing system

En prosess med å skape mens du er i en Theta-tilstand for å være vitne til Skaperen som gjør en helbredelse. Hjelper kroppen til å helbrede og gjenopprette. Se også Skaperen av alt som er og hjernebølgen Theta.

### Historietro

Et av de fire trosnivåene. Disse troene er fra tidligere minner, og det er mange grunner til dem, inkludert:

- Atferdsmønstre fra mer enn syv generasjoner i fra fortiden.
- Energier fra Akashic-postene.
- Kollektive bevissthetsminner fra personlige erfaringer fra tidligere liv.

Andres tidligere livsenergi etterlates som avtrykk fra tidligere erfaringer innebygd i livløse gjenstander. I hvert sandkorn er det minner om alt som noen gang har levd på jorden - erfaringer som vi bærer inn i nåtiden fra mange liv. Se også fire nivåer av tro.

#### Manifestere

Forestill deg hva du vil og skape det.

#### Ed (eller løfte)

Et høytidelig løfte eller påstand. En erklæring som kan ha blitt gitt på et annet tidspunkt eller et annet sted, eller en avgitt av en forfar som kan eller ikke kan tjene noen i nåtiden.

#### Eksistensplanen

I ThetaHealing brukes begrepet for å beskrive de syv forskjellige planene eller rikene som er atskilt med bevegelsene av atomer:

- Første plan: atomer kommer sammen og beveger seg sakte for å danne faste stoffer, f.eks. mineraler.
- Andre plan: atomer begynner å bevege seg raskere for å danne planter.
- Tredje plan: rike av dyr og proteiner.
- Fjerde plan: åndsriket.
- Femte plan: de oppstegne mesternes rike.
- Sjette plan: universets lover.
- Syvende plan: en Alt Som Er-energi som beveger seg i alle ting. Begynnelsen og slutten.

#### Programmer

Atferdsmønstre som er skapt av tro i sinnet.

#### Lesning

Når en ThetaHealer gjør en kroppsskanning på en annen person for å få avtrykk av hva som skjer med dem fysisk, følelsesmessig, mentalt, åndelig og i fremtiden.

#### Frigjøring arbeid / slipp

Frigjøring gamle følelser eller programmer. Se også programmer.

#### **Syv generasjoner fremover og syv generasjoner tilbake**

Genetiske oppfatninger som endres på et genetisk nivå og også endret syv generasjoner fremover og syv bakover i den genetiske linjen. Se også genetisk tro.



### Syvende eksistensplan

Den rene skapelsesenergien som folder seg inn i universet vårt og skaper kvarker som lager protoner, nøytroner og elektroner som lager atomer som lager molekyler.

### Søvnsyklus

En tidsperiode på vanligvis åtte timer der dype Theta- og Delta-tilstander av søvn forankrer ny kunnskap i hjernen.

### Sjelstro

Et av de fire trosnivåene. Disse er de dypeste og mest gjennomgripende av alle trosprogrammene. Hvis en tro gjentas på mer enn ett nivå, kan den gå helt til sjelenivået. Selv om sjelen din er fra Gud, lærer den alltid. Se også fire nivåer av tro.

### Underbevissthet

Den delen av sinnet som styrer kroppens autonome systemer, samt noen følelser og minner. Hovedmålet er å holde oss trygge og i live. Den mentale aktiviteten rett under terskelen til bevissthet.

### Theta hjernebølge

En drømmeaktig tilstand der hjernebølger bremser ned til mellom fire og syv sykluser per sekund.

### Theta-tilstand eller Theta-hjernebølgetilstand

En veldig dyp tilstand av avslapning; en kreativ, inspirerende tilstand preget av åndelige sensasjoner.

### Ultimate sannheter

En sannhet som er absolutt slik at solen vil stå opp, det vil Jorden er rund, eller en hund er en hund.

Advanced DNA 26 Instruktører Seminar Manifesting and Abundance

ThetaHealing Intuitive Anatomy Instructors» Seminar

ThetaHealing Rainbow Children instruktørseminar

ThetaHealing Disease and Disorders Instruktørseminar ThetaHealing World Relations Instruktørseminar

ThetaHealing DNA 3 instruktørseminar

Thetal Healing dyreinstruktørseminar

ThetaHealing Dig Deeper instruktørseminar Thetal lealing planteinstruktørseminar

ThetaHealing SoulMate instruktørseminar

ThetaHealing Rhythm Instruktørseminar

Thetal lealing Planes of Existence Instructors» Seminar

ThetaHealing Sertifiseringskurs for å utvide ditt forhold

ThetaHealing deg og dine betydelige andre instruktører

Seminar

ThetaHealing You and the Creator Instruktørseminar ThetaHealing You and Your Inner Circle-  
instruktørene

Seminar

ThetaHealing You and the Earth instruktørseminar

ThetaHealing vokser og utvider seg hele tiden, og nye kurs kommer ofte til. Vennligst besøk  
[www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com) for siste oppdateringer.