

Övning 2, Testa Attraktionslagen

Det är viktigt att känna tillit till att Attraktionslagen fungerar så den här övningen går ut på att testa Attraktionslagen för att öka din tillit.

Testa Attraktionslagen

I den här övningen så ska du börja med små, enkla önskningar. Med små, enkla önskningar menas sådant som du dels tror är möjligt men också sådant som inte direkt spelar någon roll om du får det eller inte. Du ska inte önska saker som du har en stor känslomässig bindning till vilket innebär sådant som påverkar dig och ditt liv väldigt negativt om du inte attraherar in det.

För varje gång du lyckas attrahera det du önskar så ökar din tillit och känsla för att detta fungerar. När du inser att det är möjligt att attrahera önskningar i livet så har du höjt nivån på din tillit och förmågan att lyckas. Dina känslor inför dina möjligheter förändras och likaså ditt känsloläge. Ge denna övning den tiden den behöver för att lyckas. Du ökar sedan succesivt svårighetsgraden på ökningarna tills du behärskar tekniken.

Attrahera – önska – Gör så här:

- 1) Slappna av** – Tänd stearinljus och sätt gärna på någon avslappnande meditationsmusik. Sätt dig bekvämt, ta ett par djupa andetag, slappna av och försätt dig i ett meditativt tillstånd.
- 2) Önska – Formulera din önskan.** Det kan vara saker som att bli bjuden på kaffe den här veckan, att få en härlig komplimang, att få ett glädjande besked, att få ett roligt mail, att få en present, att bli glatt överraskad, att se en röd handväska, att se en elefant, att höra en speciell låt etc. Börja med sådana små saker och kom ihåg att skriva in det du manifesterar i din Attraktionsdagbok.
- 3) Visualisera** – Visualisera det du önskar, föreställ dig hur detta ser ut, känns eller upplevs. Gå in i den känslan, Se att det existerar. Föreställ dig och visualisera en magnet i ditt inre som drar till sig din önskan. Känn hur din önskan har samma energi som du, ni befinner er på samma frekvens.
- 4) Lämna till universum** – Upplev att universum tar emot din önskan, föreställ dig att du skickar ut din önskan i Universum som tar emot din beställning och tar itu med att ordna din leverans.

Övning 2, Testa Attraktionslagen

5) Släpp taget – Älta inte det önskade med dig själv eller med andra personer för då uppmärksammar du att det inte har kommit och då sänder du ut en vibration av att det inte har kommit och då attraherar du in att det inte finns hos dig.

6) Manifestera – Känn och upplev glädjen redan nu över det som du vet att du kommer att få. En positiv känsla ger en positiv manifestering. Visualisera manifestationen.

Sammanfattning:

- 1) Slappna av.
- 2) Önska.
- 3) Visualisera.
- 4) Lämna över
- 5) Släpp taget.
- 6) Manifestera.