Introduktion til Feelings sættet fra Young Living

Feelings sættet indeholder seks æteriske olieblandinger - alle skabt af Gary Young for at forstærke ens selvfornyelse og fjerne emotionelle blokeringer. Inspireret af Gary Youngs livserfaringer er sættet ligeledes designet til at fjerne negative følelser, så du bliver i stand til at åbne dig selv op for nye begyndelser.

Alle har følt en længerevarende, negativ følelse som stopper vores selvudvikling og realisering. Ved at følge denne vejledning kan du begynde din vej mod selvindsigt i form af nogle emotionelle justeringer. Valor, Harmony, Forgiveness, Inner Child, Release og Present Time hjælper med disse justeringer og skaber fundamentet for et stærkt, emotionelt helbred.

Når du giver en behandling skal du vente 4-5 minutter mellem hver påføring. Sørg for at røre klienten på en blid, kærlig måde. Smør ligeledes olierne stille og roligt på i urets retning og bliver det nødvendigt at fjerne noget beklædning, så gør det forsigtigt, ligesom dine bevægelser rundt om briksen er rolige. Mellem hver påføring sender du energi (healing) til din klient og lader dine tanker være fokuseret - tænk ikke på opvasken!

Hvordan bruger man Feelings sættet?

VALOR er kendt for dens styrkende kvaliteter og evne til at tilpasse energierne i vores krop. Første skridt i denne afbalancering er at udføre en Valor Balance under fødderne - 3 dråber under hver fod.

HARMONY skaber en harmonisk balance både fysisk og emotionelt i kroppens energicentre. Dryp 3-5 dråber i din ene hånd og brug fingrene på modsatte hånd til at smøre olien på hver af de seks øverste chakras.

FORGIVENESS tillader kroppen at frigøre skadelige minder og forstærker lysten til at komme videre. Smør 1-2 dråber omkring navlen for at slippe de negative følelser og styrke lysten til at tilgive.

PRESENT TIME forstærker følelsen af at leve i nuet og gør dig i stand til at gå fremtiden i møde med et åbent sind og evnen til at se nye muligheder. Smør 1-2 dråber på thymus (placeret mellem hjerte og hals).

RELEASE fremmer evnen til at frigøre vrede og frustration. Release forstærker harmonien og balancen mellem krop og sind. Smør 3 dråber oven på leveren og mærk frustrationerne og vreden forsvinde.

INNER CHILD stimulerer hukommelsen og hjælper os med at genfinde vores ægte jeg - vores indre barn kommer frem for at lege. Smør 1-2 dråber rundt om navlen ELLER påfør 1 dråbe på din tommeltot og pres den op mod ganen.

Til slut påfører du 1 dråbe Valor i den øvre del af nakken omkring hårgrænsen for at fuldføre den følelsesmæssige afbalancering. Valor forsegler følelsen af forandring, fuldstændighed og balance.

Denne afbalancering kan anvendes så tit, som du måtte ønske det.

BEMÆRK: Harmony og Inner Child er fotosensitive, så undgå direkte sollys i 24 timer efter påførsel af disse olier. Det vil primært være hals og pande, der er udsat. Harmony må IKKE bruges på folk, der har haft et epileptisk anfald - brug Sacred Frankincense i stedet. Der må MAX bruges 2 dråber Harmony på folk, der er gravide eller har for højt blodtryk.

Hvorfor bruger vi olierne?

Æteriske olier bliver ofte beskrevet som planternes blod. Olierne består af meget små molekyler, der opfører sig som hæmoglobin (proteinstof i de røde blodceller som transporterer ilt rundt i kroppen), der transporterer ilt og næringsstoffer rundt i kroppen, alt i mens de fjerner giftstoffer og andet affald i kroppen. Olien er også plantens naturlige våben, der bekæmper vira, bakterier, svampe, tumorer og betændelse.

Olien er i sin koncentreret form meget mere kraftfuld end urter. En meget lille smule olie kan have en øjeblikkelig effekt, idet olien penetrerer huden og bliver absorberet i blodet og kroppens celler. På samme tid kan duften have en balancerende effekt på vores limbiske system i hjernen (styrer hukommelsen og følelserne), som kan hjælpe med at berolige, afstresse og forløse negative følelser.

© Jimmi Linde Kjeldsen
www.klinikkjeldsen.dk