

Uitgebreid Bondgenoot Invulformulier voor Voed Je Demonen

Naam:
Bondgenoot:

Datum:
Partner of Solo:

Stap 1: Roep de aanwezigheid van de bondgenoot op

Merk opnieuw de details op van de verschijning van de bondgenoot:

- grootte
- kleur
- lichaamsoppervlak
- soliditeit/transparantie
- geslacht, indien van toepassing
- karakter
- emotionele staat
- blik in de ogen
- iets wat je nog niet had gezien

Stap 2: Stel de bondgenoot een vraag

Wat was je vraag?

Stap 3: Neem de plaats van de bondgenoot in en beantwoord de vraag:

Hoe voelde het in het lichaam van de bondgenoot te zijn?

Hoe zag je normale zelf eruit vanuit het perspectief van de bondgenoot?

Wat was het antwoord op je vraag?

Stap 4: Keer terug naar je uitgangspositie

Je kunt je bondgenoot vragen blijven stellen, steeds weer van plaats wisselend, totdat het proces compleet voelt.

Vraag:
Antwoord:

Vraag:
Antwoord:

Vraag:

Antwoord:

Herhaal dit zo vaak als je wilt met het stellen van vragen.

Hoe ervaarde je het ontvangen van de energie van de bondgenoot aan het eind?

Wat was de kleur van het licht toen de bondgenoot oploste?

Hoe voelde het toen dat licht in jouw lichaam werd opgenomen?

Stap 5: Rust in Gewaarzijn

Hoe ervaarde je het oplossen en ontspannen verblijven in gewaarzijn?

Hoe voelde het toen je terugkwam in je lichaam met de energie van de bondgenoot in je lichaam?

Feeding Your Demons™ is een proces gecreëerd en ontwikkeld door Lama Tsultrim Allione. © Tara Mandala

Onderricht deze methode alsjeblieft niet aan anderen zonder de expliciete schriftelijke permissie van Lama Tsultrim Allione en Tara Mandala.



MACHIG PUBLICATIONS

Tara Mandala October 2015

PO Box 3040 Pagosa Springs, CO 81147

970-731-3711 info@taramandala.org © Tara Mandala