

KARMIE NIE SWOICH DEMONÓW

Arkusz do pracy

Imię i nazwisko:	Data:
Demon Nr:	Z partnerem / w pojedynkę
Nazwa demona:	Rodzaj demona

Krok 1: Znajdź demona w ciele

Gdzie w ciele znajdował się demon?

* kształt	* kolor
* faktura	* temperatura

Krok 2: Nadaj demonowi postać i zapytaj, czego potrzebuje

Jak demon wygląda?

* wielkość	* jego charakter
* kolor	* jego stan emocjonalny
* powierzchnia ciała	* spojrzenie
* gęstość	* coś, czego wcześniej nie zauważyłem/łam
* płeć (jeśli ma)	

Krok 3: Stań się demonem

Jak się czułeś/czułaś, będąc w ciele demona?

Jak wyglądałeś/wyglądałaś z perspektywy demona?

Jak brzmiały odpowiedzi:

Chcę

Potrzebuję

Gdy dostanę to, czego potrzebuję, poczuję się

Krok 4: Karmienie demona i spotkanie ze sprzymierzeńcem

4a: Karmienie demona

Karmienie nektarem.....

Jaki jest nektar, jaką ma barwę?

Co się dzieje z demonem, gdy go karmisz?

Jak demon wyglądał, gdy się nasycił?

4b. Spotkanie ze sprzymierzeńcem

Czy po nakarmieniu demona nadal była obecna jakaś istota?

Jeśli tak, czy był to sprzymierzeniec?

Jak wyglądał sprzymierzeniec?

* wielkość	* jego charakter
* kolor	* jego stan emocjonalny
* powierzchnia ciała	* spojrzenie
* gęstość	* coś, czego wcześniej nie zauważyłem/łam
* płęć (jeśli ma)	

Jak się czułeś/czułaś w ciele sprzymierzeńca?

Jak wyglądałeś z perspektywy sprzymierzeńca?

Jak brzmiały odpowiedzi:

Pomogę ci...

Będę cię chronił...

Przyrzekam ci, że...

Zawsze się pojawię, gdy...

Co czułeś/czułaś, przyjmując energię sprzymierzeńca?

Jaki kolor miało światło, w które rozpuścił się sprzymierzeniec?

Jak się czułeś/czułaś, wracając do swojego ciała?

Krok 5: Spoczywanie w świadomości

Co czułeś/czułaś, rozpuszczając się w światło i spoczywając w pustce?

Co czułeś/czułaś, gdy powróciłeś/powróciłaś do swojego ciała wypełnionego energią sprzymierzeńca?

***Karmienie Swoich Demonów™ jest procesem stworzonym przez Lamę Tsultrim Allione.
Prosimy nie ucz, tej metody bez pisemnej zgody od Lama Tsultrim Allione i Tara Mandala***



MACHIG PUBLICATIONS

Tara Mandala
PO Box 3040 Pagosa Springs, CO 81147
970-731-3711 info@taramandala.org © Tara Mandala
Tara Mandala Polska Sangha
poland.taramandala@gmail.com