

De verheffingsmatrix

Toepassen van de verheffingsmatrix

Wanneer gebruik je de verheffingsmatrix?

- Als je minder, geen of weinig levensvreugde voelt
- Als jij je machteloos of gevangen voelt
- Bij irritatie of boosheid
- Als er geen flow is / als het niet stroomt

Dit kan zowel in de AK als daarbuiten.

Er zijn drie verschillende ingangen om te werken met de verheffingsmatrix

Stap 1: Dankbaarheid = oorsprong van momentum

Dit is voor veel mensen een makkelijk en dus goed beginpunt.

Vraag: "Waar voel ik me dankbaar voor?"

Dit kan heel simpel en klein zijn: familie, de zon, een glimlach van een onbekende.

Gebruik je zintuigen om de dankbaarheid te ervaren.

Wees ook dankbaar voor het openen van de matrix.

Stap 2: Vrijgevigheid = veerkracht

Als dankbaarheid moeilijk, probeer dan vrijgevigheid.

Vraag: "Wat kan ik nu geven?"

Dit gaat uit van het principe dat geven en ontvangen in balans is.

Het gaat niet om de hoeveelheid of grootsheid.

Bv een appje of belletje, een geplukte bloem voor je partner, een briefje voor de kinderen, een glimlach naar een onbekende.

Wat je ook geeft, zichtbaar of onzichtbaar, het zal jou energie geven en de matrix opstarten.

Stap 3: Genade = de katalysator

Vraag: "Wat heeft het leven mij recentelijk gegeven?"

Bv de AK, een aanwezigheid, of kracht. Misschien een energie die je kan voelen ergens in je lichaam (bekken, hart) of iets heel concreets wat op je pad is gekomen.

Als je dit ervaart of kan zien, dan weet je dat de matrix werkt.

Alle drie de eigenschappen kunnen afzonderlijk de Verheffingsmatrix activeren.

Richt je op een van de drie en kijk wat er gebeurt.

Je zal merken dat je er wel mee te maken hebt, of dat het je wel ergens aanwezig is in je leven. Door dit te doen stijg je uit boven het dagelijkse het aardse.

Je kijkt als een adelaar naar je dagelijkse leven. Je kan dan zonder oordeel kijken

Deze matrix altijd aanwezig is.

Gebruik deze matrix onbeperkt. Het zal je op ieder moment optillen en meenemen naar die frequentie waar jij thuishoort.