

Gary's Great Day Protocol med New Heights



Valor eller Valor Original: handleden "Jag är modig" - intention

- En droppe i vänster hand, låt händerna mötas, kupas över näsan, andas in.
- En droppe på handleden, massera in.
- Andas in och sätt din intention för dagen.
- Ingredienser Valor: Svartgran, Kamfer, Blå renfana, Frankincense, Geranium.
- Ingredienser Valor Original: Svartgran, Rosenträ, Blå Renfana, Frankincense.



Harmony eller Highest Potential: naveln "Jag står i min fulla kraft"

- intention

- En droppe i vänster hand, låt händerna mötas, kupas över näsan, andas in.
- Massera en droppe över naveln.
- Andas in och återkom till din intention för dagen.
- Ingredienser Harmony: Royal Hawaiian Sandalwood, Angelica, Lavendel, Ylang Ylang, Frankincense, Apelsin, Geranium, Isop, Spansk salvia, Svartgran, Koriander, Bergamot, Citron, Jasmin, Romersk kamomill, Palmarosa, Ros.
- Ingredienser Highest Potential: Blå cypress, Ylang ylang, Jasmin, Ceder, Geranium, Lavendel, Svartgran, Frankincense, Royal Hawaiian Sandalwood, Vitgran, Vetiver, Kanel, Davana, Ros, Tysk kamomill, Blå renfana, Grapefrukt, Tangerin, Grönmynta, Citron, Ocotea.



Joy: hjärtat "Jag är livskraft"

- En droppe i vänster hand, låt händerna mötas, kupas över näsan, andas in.
- En droppe i handen, applicera över hjärtat, håll kvar händerna och andas ett par djupa andetag.
- Ingredienser: Bergamot, Ylang Ylang, Geranium, Citron, Koriander, Tangerin, Jasmin, Romersk kamomill, Palmarosa, Ros.



New Heights: handleden "Jag känner mig själv och följer mitt hjärtas väg" - intention

- En droppe i vänster hand, låt händerna mötas, kupas över näsan, andas in.
- En droppe på handleden, massera in.
- Andas in och återkom till din intention för dagen.
- Ingredienser: Svartgran, Gultall, Kustgran, Royal Hawaiian Sandalwood, Frankincense, Lavendel, Pinyon pine, Contortatall, Bergamot, Dorado azul, Mastrante, Ocotea, Rosenträ, Sacred sandalwood, Blå renfana, Geranium, Cederträ, Ros, Ylang ylang, Kardemumma, Idaho blue spruce, Sacred frankincense, Tysk kamomill, Melissa, Apelsin, Tangerin, Myrra, Kvanne.



White Angelica: auran "Jag är beskyddad" - intention

- En droppe i vänster hand, låt händerna mötas, kupas över näsan, andas in.
- En droppe i handen som sedan smörjs in som en slöja, från toppen av huvudet och ner till dina fötter.
- Återkom till din intention för dagen.
- Ingredienser: Sötmandelolja, Bergamot, Citronmeliss, Geranium, Ylang Ylang, Ros, Myrra, Royal Hawaiian Sandalwood, Isop, Koriander, Svartgran.

Jenny Schwieler Staaf
#26586333