

Feelings Protocol



Valor - för mod och balansering, hjälper dig att ta bort negativa tankar.

- Ingredienser: Svartgran, Kamfer, Blå Renfana, Frankincense, Geranium
- Applicera under båda fötterna och på axlarna, kupa händerna över näsan och andas in djupt.
- Affirmation: Jag är modig och grundad i allt jag gör. Jag är redo att förändra mitt liv.



Harmony - för att stötta balanseringen av dina energicentrar.

- Ingredienser: Sacred Sandalwood, Lavendel, Ylang Ylang, Frankincense, Apelsin, Kvanne, Geranium, Isop, Spansk salvia, Svartgran, Koriander, Bergamot, Citron, Jasmin, Romersk kamomill, Palmarosa, Ros
- Applicera vid dina energicentrar/chakran (De finns vid slutet av ryggraden, strax under naveln, strax ovanför naveln, på bröstet, på halsen, mellan ögonbrynen, och på hjässan)
- Affirmation: Mitt hjärta är öppet. Jag är redo att ge och ta emot kärlek.



Forgiveness - hjälper till att släppa plågsamma minnen och gå vidare.

- Ingredienser: Sesamolja, Citronmeliss, Geranium, Frankincense, Royal Hawaiian Sandalwood, Koriander, Kvanne, Lavendel, Bergamot, Citron, Ylang Ylang, Jasmin, Immortell, Romersk kamomill, Palmarosa, Ros
- Applicera runt naveln medan du tänker på någon du är arg på (kan vara dig själv)
- Affirmation: Jag förlåter mig själv och de som har sårat mig. Jag släpper mig själv fri.



Release - släpp taget om ilska och negativitet, skapa ett lugn.

- Ingredienser: Ylang Ylang, Olivolja, Lavandin, Geranium, Royal Hawaiian Sandalwood, Blå cypress, Davana, Kaffirlime, Jasmin, Tysk kamomill, Blå renfana, Ros, Grapefrukt, Tangerin, Grönmynta, Citron, Ocotea
- Applicera över leveren (levern sitter högt upp i magen på höger sida)
- Affirmation: Jag släpper känslorna som inte längre tjänar mitt bästa. Jag väljer glädje och frid.



Present Time - var här och nu, öppna upp för möjligheter i framtiden.

- Ingredienser: Sötmandel, Neroli, Svartgran, Ylang Ylang
- Applicera på handlederna och bakom öronen, ELLER över halsen. Låt din intuition vägleda dig.
- Affirmation: Jag är närvarande i stunden. Jag är tacksam för den här upplevelsen.



Inner Child - för kontakt med ditt sanna jag, hjälper dig bearbeta plågsamma minnen.

- Ingredienser: Apelsin, Tangerin, Ylang Ylang, Royal Hawaiian Sandalwood, Jasmin, Citrongräs, Svartgran, Neroli
- Applicera över naveln och under näsan
- Affirmation: Jag är bra som jag är. Jag återfår min sanna essens.



Valor - för mod och balansering, hjälper dig att ta bort negativa tankar.

- Ingredienser: Svartgran, Kamfer, Blå Renfana, Frankincense, Geranium
- Applicera under båda fötterna
- Affirmation: Jag är modig och grundad i allt jag gör. Jag är redo att förändra mitt liv.

Jenny Schwieler Staaf
#26586333