

Mini hipnotični reset

**Ko potrebuješ trenutek
zase,
da zopet zaslišiš svoj
pravi notranji glas**

Draga moja.

Ta hipnotični reset ni namenjen temu, da »popraviš« nekaj na sebi, ali pa v sebi.
Ni še ena stvar, na tvojem že tako dolgem to-do seznamu.

Je povabilo k temu, da se za trenutek ustaviš.

Zadihaš.

In znova zaslišiš tisto, kar si in v resnici to že veš – samo prostor za to, da temu prisluhneš je treba še ustvariti.

S to vajo narediva prav to.

Ustvariva prostor za to, da prisluhneš sebi in zopet zaslišiš svoj pravi glas.

Svoj notranji glas.

Ta vaja je kratka, preprosta in učinkovita.

Lahko jo poslušáš večkrat.

Ko te nekaj tišči.

Ko se ne moreš zbrati.

Ko ti je enostavno vsega preveč.

Ko imaš občutek, da vsak hoče nekaj od tebe.

Ali pa tudi takrat, ko je vse ok in si želiš samo ostati v stiku s sabo.

Vsakič boš slišala nekaj drugega.

Vsakič boš malček bolj doma v sebi.

In ko slišiš svoj notranji glas – ni več dvoma kam iti, kaj izbrati, komu reči ne in čemu reči da.

Zato prisluhni. In si zapiši.

Kaj moj notranji glas danes sporoča?

Tukaj je prostor, da zapišeš svoje misli....

Mini vaja za vsak dan:

Vzemi si 2 minuti. Zapri oči. Položi roko na srce. Dihaj.

In vprašaj: »Draga jaz, kaj mi danes želiš povedati?«

Nato samo poslušaj. In če pride tišina – tudi to je odgovor.



Nadaljuj s hipnotičnimi meditacijami

Če si želiš še več nežnih trenutkov zase in globljega stika s sabo:

✦ Odkrij paket hipnotičnih meditacij: Hipnotična pot nazaj k sebi

Paket 3 hipnotičnih MP3 meditacij za sprostitev, samozaupanje in notranjo pretočnost

Ta paket hipnotičnih meditacij je ustvarjen zate, če si utrujena od notranjega nemira, dvomov in občutka, da si izgubila stik s sabo.

Vsebuje tri skrbno izbrane meditacije, ki te vodijo v globoko sprostitev, pomagajo spustiti stara bremena in ti vrnejo občutek varnosti, moči in prisotnosti v svojem telesu. Obnovi svojo notranjo povezanost in dovoli, da te tvoj naravni ritem znova vodi v lahkotnost, jasnost in ustvarjalni pretok.

✅ Kaj prejmeš:

- 3 vodene hipnotične meditacije v MP3 obliki
- Takojšnji dostop do vseh posnetkov po nakupu
- Možnost prenosa na telefon ali računalnik (posnetki so tvoji za vedno)

V paketu prejmeš:

✦ Osvobodi se dvomov in zaživi v svoji moči

Ta hipnotična meditacija je ustvarjena za ženske, ki dvomijo vase, odlašajo z odločitvami in imajo občutek, da niso dovolj dobre ali pripravljene.

Pomaga ti, da nehaš sabotirati svojo pot, presežeš notranji kritični glas in se znova povežeš z občutkom samozavesti, poguma in notranje moči.

Primerna je zate, če se želiš znebiti občutka ujetosti, ponovno zaupati vase in začeti delovati iz jasnosti – brez strahu, da boš naredila napako.

✦ Tvoj trenutek je zdaj

Ta hipnotična meditacija je ustvarjena za ženske, ki se počutijo razpršene, utrujene od hitenja in imajo občutek, da vedno znova začenjajo znova, brez jasnega fokusa. Pomaga ti, da se umiriš, povežeš s sabo in z notranjo modrostjo, ki jo v vsakdanjem kaosu pogosto preslišiš.

Primerna je zate, če si želiš več jasnosti, prisotnosti in ustvarjalne pretočnosti – brez pritiska, da moraš ves čas nekaj dosežati.

✦ **Varna sproščenost**

Ta hipnotična meditacija je ustvarjena za ženske, ki težko zares izklopijo misli, nosijo v sebi tiho napetost in si redko dovolijo, da jih življenje res podpre.

Pomaga ti, da se varno spustiš v globoko sprostitvev, sprostiš skrite napetosti v telesu in opustiš stara prepričanja, ki pravijo, da moraš biti vedno “na preži”.

Primerna je zate, če si utrujena od preobremenjenosti, želiš občutiti mehko moč svoje prisotnosti in odpreti telo za lahkotnost, pretočnost in sprejemanje obilja.

Namenjeno kreativnim podjetnicam, ki si želijo poglobiti stik s sabo, sprostiti notranje napetosti in ustvariti notranji prostor za več zaupanja, jasnosti in pretočnega delovanja

Hipnotične meditacije lahko poslušáš kadarkoli, saj so na voljo v snemljivi mp3 obliki in jih lahko shraniš na tvoj telefon, računalnik, tablico.

Primerne so za vse, ki si želijo več notranjega miru, nežnosti, jasnosti.

Več o tem paketku izveš v emailih, ki jih boš prejela v naslednjih dneh.

Naročiš jih lahko tudi na tem linku:

<https://tatjanabrumat.si/izdelek/paket-hipnoticnih-meditacij-hipnoticna-pot-nazaj-k-sebi/>

EN velik objem

Tatjana