



CLEARING – EMOTIONAL and MENTAL

Lös upp oro, smärta, ångest, chocker och trauman

Metoden Emotional Clearing utvecklades av Joerg Dao som utbildade Sebastian Amseldus, som i sin tur vidareutvecklat modellen utifrån sin grund i Klassiskt Klarspråk

Det förflutnas makt

Tidigare upplevelser som i oss skapat rädsla, ångest, smärta, förvirring eller chocktillstånd påverkar i många avseenden fortfarande vårt beteende, hälsa, välbefinnande och självförtroende. Intrycken från dessa upplevelser lever i oss och har ett inflytande på hur vi tänker, känner och handlar. Ofta begränsar dessa intryck vår föreställningsförmåga, vår glädje och vår framgång i livet.

Dessa intryck skapades i situationer som för oss är alltför emotionellt laddade för att möta och hantera. En person kan t ex vara chockad över att någon anhörig dött och en kan varken uppfatta eller uttrycka sina känslor sedan föräldrarna skilde sig. En annan har svårt att förstå och återhämta sig efter trakasserier, mobbing eller förföljelse i skolan eller på arbetsplatsen. En tredje hämtade sig aldrig efter en skilsmässa där han/hon blev lämnad, osv.

Vi bär alla dessa situationer med och inom oss. I många fall fördärvar de vår hälsa, vårt självförtroende och vår framtidstro. Vi kanske har glömt själva händelsen, eller så förstår vi den inte, och därför upplever sig vårt undermedvetna fortfarande vara kvar eller falla tillbaka i den outhärdliga situationen.

Det är dessa som är den verkliga orsaken till varför vi ibland upplever oss sakna energi, självförtroende, tillit och kärlek. De är den verkliga orsaken till de flesta av våra problem, rädslor, tvivel, depressioner, lidande och känslor av ensamhet. Dessa gömda och glömda intryck skiljer oss från våra nära och kära, och ibland uppfattar vi dem som orsaken till våra problem istället för se att de väcker upp det som vi begravt. Härigenom stoppas och blockeras vi i vår kreativitet, i våra drömmar, förhoppningar och perspektiv.

Idag kan vi göra någonting åt detta. Vi kan identifiera och transformera dessa undertryckta känslor till klarhet och förståelse. **Clearing – Emotional and Mental** är ett nytt och effektivt sätt att närma sig ovan nämnda problem.

vänd

Clearing – Emotional and Mental – hur fungerar det?

I en **Clearing** session, är vi våra egna experter när det gäller våra egna känslor. Ingen tolkning av erfarenheter görs, inget gissande om orsaker till den upplevda situationen förekommer, ingen behandling ges.

Vad som sker är att vår uppmärksamhet på ett mjukt och lätt sätt leds att igen och igen se, känna och återuppleva de tidigare blockerade känslorna och förträngda situationerna, för att lättare och lättare komma igenom den tidigare, en gång outhärdliga, situationen.

Mycket fort förstår vi då varför vi har varit hämmade av just denna rädsla, smärta eller oro. Genom den insikten och åtföljande känsla av frihet kommer glädje, kraft och energi. En tung börda läggs av. Vårt välbefinnande och självförtroende ökar, styrkan och klarheten når en nivå vi en gång upplevt då vi känt glädje, livsmod och inspiration. Egenskaper och förmågor som blockerats av dessa intryck frigörs och blir tillgängliga.

För att komma till den exakta punkten där brottet eller blockeringen skedde leds uppmärksamheten under en session i **Clearing - Emotional and Mental**, med precisa frågor samt med ett upprepande av orden: 'se på det'.

Det kan se ut som, och också låta väldigt enkelt, men en session behöver ges med precision och insikt. De som idag arbetar med denna metod har utfört 1000-tals sessioner och har mångårig erfarenhet att leda individer till klarhet och förståelse för sin egen situation. När det gäller svåra emotionella problem finner vi sällan vägen ut på egen hand. Vi behöver oftast hjälp från någon utomstående, någon som är tränad av att ge Clearing - Emotional and Mental.

© Sebastian Amseldus

Upplägg och pris

Tid efter överenskommelse: 2,5 dagar under veckoslut eller mitt i veckan
Vi rekommenderar ankomst kvällen innan för genomgång och tid för vila.
Under de kommande 2 dagarna ges 4 sessioner med tid däremellan för vila, promenader och reflektion.

Kostnad som inkluderar boende och mat 4.400 kr

Om boende och mat ordnas på egen hand är kostnaden 3.300 kr

Ovanstående priser avser privatpersoner som betalar med redan skattade pengar. Företag och organisationer betalar något högre pris – ring 070-748 1511 för info.
Överenskommet belopp kan om så önskas delbetalas antingen via Swish till 070-748 1511 eller Bg 5874-4947 Adito AB