

Jeg valgte blessing for hjertet, fordi jeg følte meg fastlåst og innestengt i meg selv. Før blessingen var jeg veldig stresset, et indre jag, følte nesten at jeg ikke hadde «bakkekontakt»..Under blessingen følte jeg roen sakte men sikkert senke seg, jeg følte meg varmere i kroppen, kjente hvordan jeg pustet roligere og dypere, og jeg kjente tyngden av meg selv og i meg selv, jeg følte meg trygg!

Tårene rant i strie strømmer nedover kinnene mine - uten at jeg gråt..noe slapp - noe åpnet..Jeg ble sittende lenge etterpå å føle på denne tyngden og følte bare ro..

Denne spesielle tyngden kan best beskrives som : ro, følelse av trygghet, stødighet, og i dagene som fulgte har denne tyngden vært tilstede, jeg har følt meg mer avslappet enn på lenge.

Jeg har stadig tatt meg selv i å kjenne på denne tyngden i situasjoner jeg ellers ville følt at «bakkekontakten» ble vekk og jaget var igang..

Jeg føler jeg faktisk har et valg - at jeg kan velge denne nye følelsen av tyngde..

Jeg har fått veldig god oppfølging med samtaler både i forkant og etterkant av blessingen, og en «boosting» noen dager etterpå. Har også fått gode råd og forklaringer omkring øvelser jeg selv kan gjøre, noe som også er til god hjelp. Jeg vil absolutt anbefale dette til andre! Det har vært en utrolig fascinerende og spennende opplevelse..hvor jeg har følt meg trygg og ivaretatt på alle måter. Mvh TH