

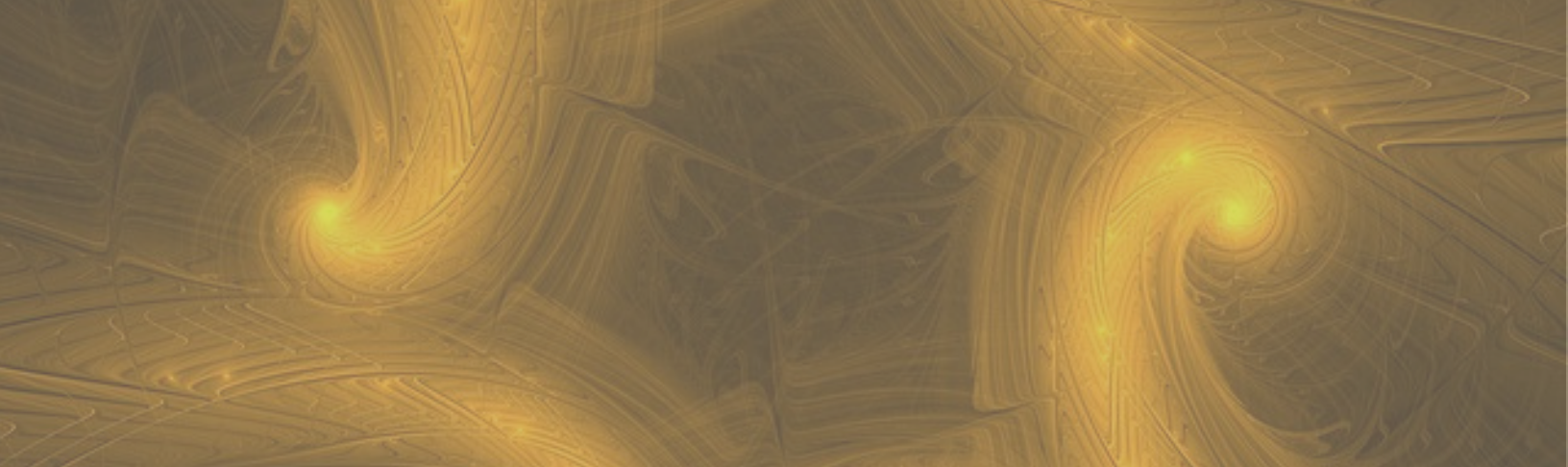
Slip forfædreprogrammerne



FORKLARING OG
INFORMATION

ANNE SØVANG

ANNESOEVANG.DK



Hvor mange af os har ikke tænkt på det, hadet og frygtet at ligne en mor eller en far. Andre har kastet det i hovedet på os: "Det er sku ligesom at høre din far/mor."

Det kan være at være overpylrende, overbekymret, uselvstændig, brokkende, passiv og meget andet.


Selv om vi kæmper imod, sidder vi alligevel i vores 30erne, 40erne eller 50erne og kan se, hvordan vi er klistret ind i at gentage præcist det, vi ikke ønskede.

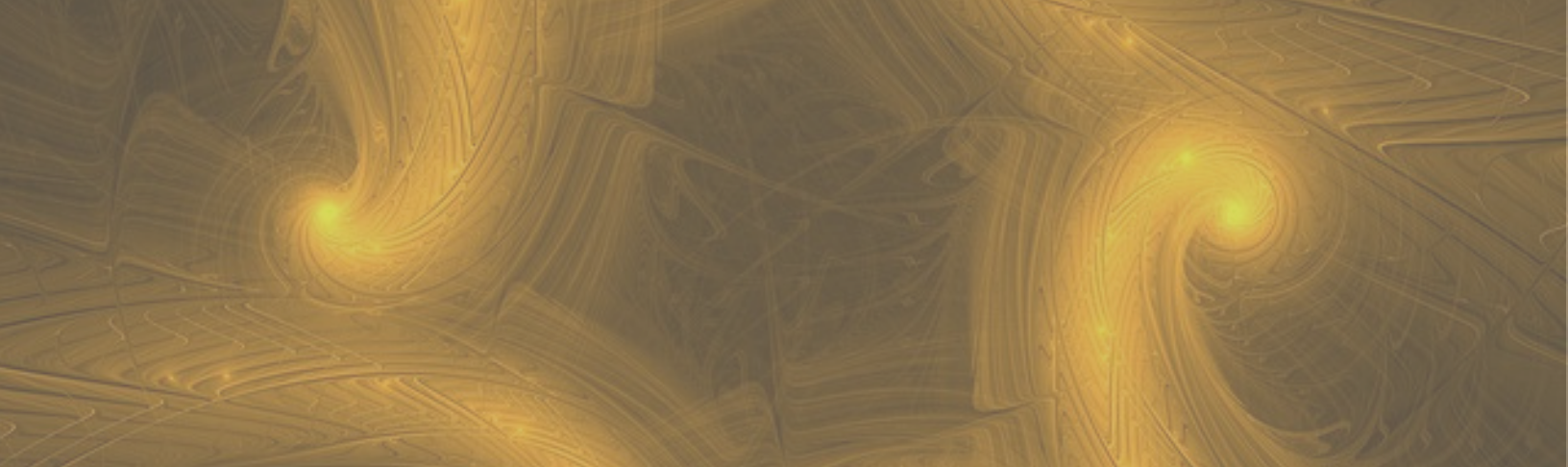
Det er ikke nødvendigt, og det er en af de områder, hvor jeg kan hjælpe dig med at træde ud af gamle forfædre-dynamiker og energier

Når jeg skriver energier betyder det: mønstre, adfærd, opfattelser, væremåder, tanker og indkodninger.

På næste side kan du se eksempler på nogle af de gamle energier og programmer, som kan ligge i en familie.

Hver familie og hver generation har sine, ligesom hver familie/generation oplever traumer og sorg, der påvirker ikke blot dem selv men videreføres til og nedarves i næste generation.




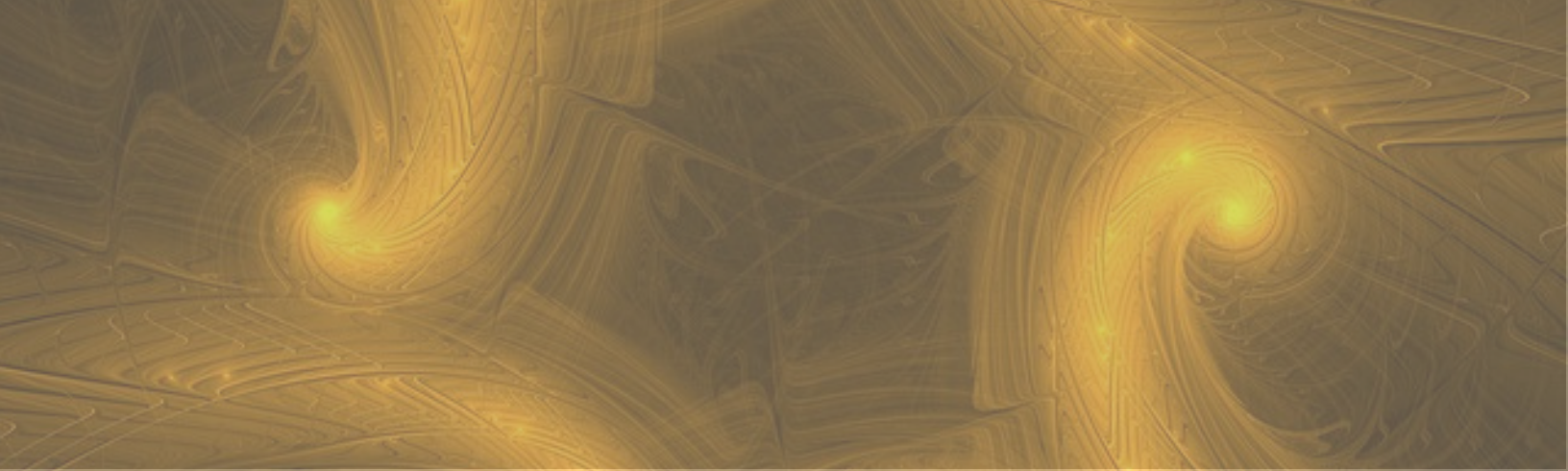


Eksempler på "arv" kan være bl.a. nogle af følgende indlærte programmer. Der kan være andre, men hver familie har typisk sine egne.

- tilsidesætte og ignorere egne behov
- lade sig kue af omgivelserne
- kritisere eller blive kritiseret
- perfektionisme
- lade andre gå forud for egne behov
- undgå konfrontationer
- påtage sig andres lidelse (vil hjælpe/redde andre)
- skyldfølelser og dårlig samvittighed
- konstant at være sanssemæssigt online i forhold til andre /aldrig slappe af
- at gøre som der bliver sagt/adlyde andre
- Ikke at føle, du slår til/utilstrækkelighedsfølelse
- altid at være på forkant og i alarmberedskab
- bide tingene i sig og ikke få sagt fra
- altid at føle du ikke gør det godt nok og er god nok
- overbekymring
- at føle sig fastlåst og begrænset
- afmagtsfølelser/opgivelse og håbløshed

Hvis du kikker på dig selv, hvor er det, du kan se, at du har kopieret mønstre og energier fra mor/far?





Vil du ændre dit liv, er noget af det allervigtigste at få sluppet de mange ubevidste programmer, du som barn har fået med dig fra forældre og forfædre.

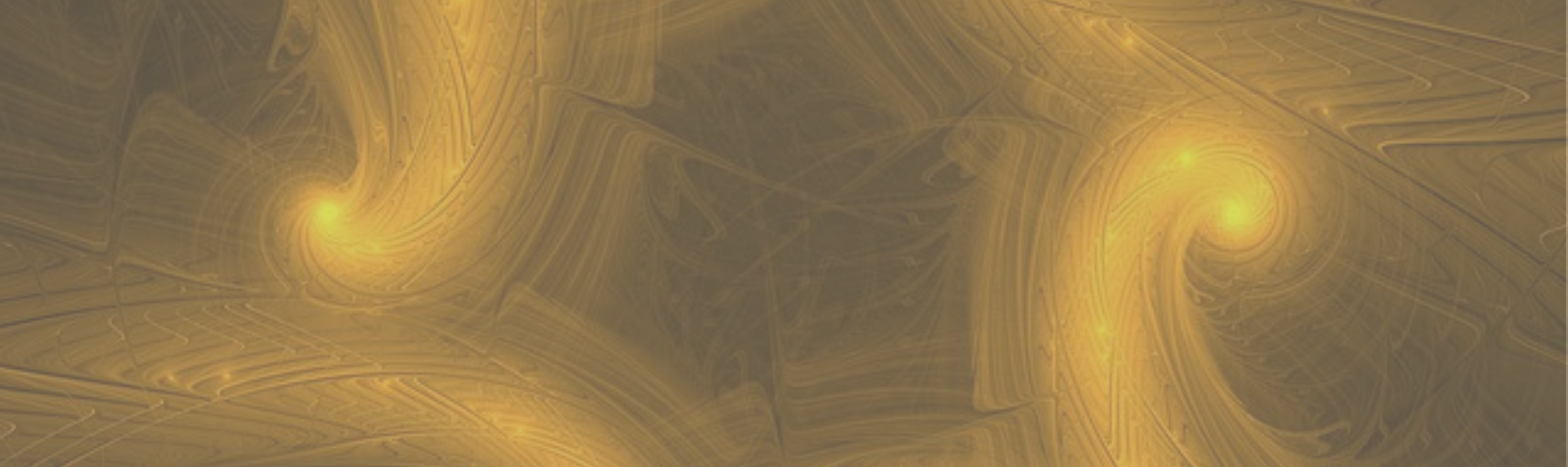
Hvorfor sker det?

De første syv leveår af et barns liv, modtager det al indlæring primært fra mor, far samt andre tætte personer (ældre søskende og bedsteforældre). Barnet er ikke bevidst endnu og indlærer fra rollemodellerne, som er de tætteste relationer.

Som voksen ved vi også, at vi er nødt til at lære et lille barn alt, for at det kan begå sig som et selvstændigt og trygt væsen, når det vokser op.

Du har garanteret også lagt mærke til, hvordan børn kopierer ikke bare andres sætninger men også handlinger. Kopieringen sker automatisk, fordi barnet de første syv år er i en "modtagelig tilstand kaldet theta. Se blot på barnet, det er fantasifuldt, kreativt, legende og drømmende.

Al indlæring går som en automatik ind i barnet og lagrer sig som ubevidst information.



Det er et vildt spændende område at studere. Jeg har to små børnebørn, som jeg på tæt hold har kunnet følge.

Er jeg kommet til at bande, kan jeg være sikker på at høre det gentaget fra en barnemund kort efter.

Demonstrerer jeg for den toårige, hvordan hun kan skære grøntsager med børnekniven, efteraber hun øjeblikket efter, som om hun aldrig har gjort andet i sit liv.

Det er vældig smart.

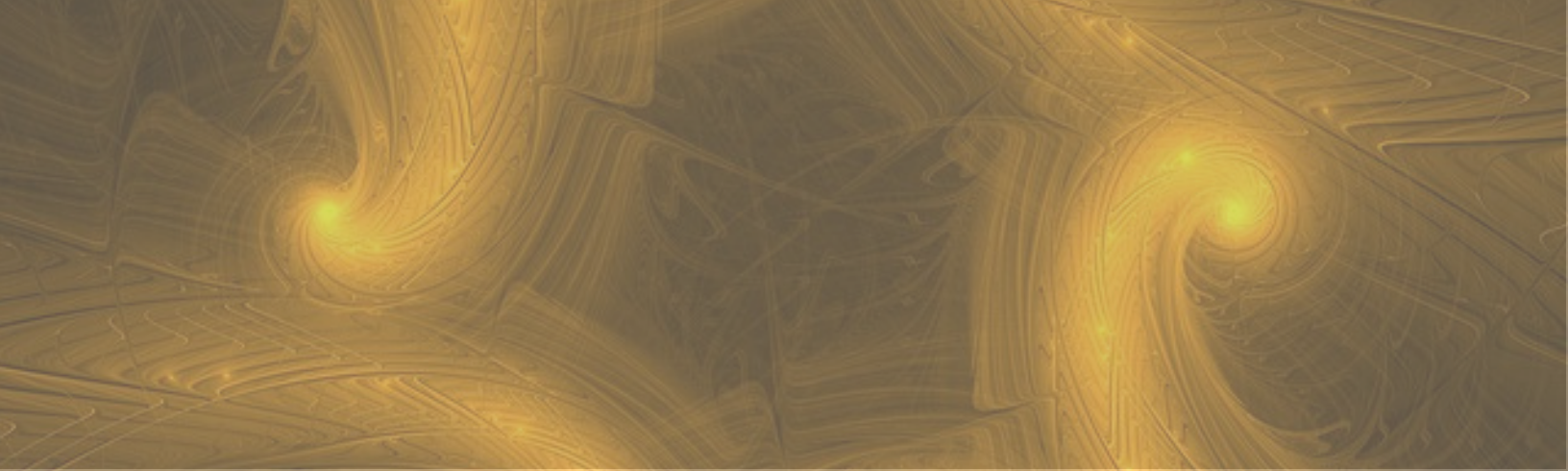
Bagsiden af medaljen er alt det, vi som børn har fået med fra vores voksne, der ikke fungerer,, forældrenes traumer og sår.

Det var cellebiologen, Dr. Bruce Lipton, der for ca. ti år siden første gang forklarede, hvad der sker i barnets første leveår.

4,15 min. video: med overskriften:

De første 7 år af dit liv bestemmer din fremtid





Al indlæring er kommunikation fra omgivelserne på godt og ondt. Kommunikation er ikke kun det sagte. Det er også handlinger, ligesom det er alt det, vi sanser og mærker fra andre.

Din mor har sin unikke energi, din far sin, og du adopterer dem ubevidst. Måske ligner du mest din mor, måske din far.

Den indbyrdes verbale og non-verbale kommunikation mellem dine forældre, er en indlæring, du får med dig. Det er lige fra den måde, de løste konflikter til den måde de interagerer med andre og til deres relation med sig selv (deres indre opfattelser af sig selv).

Bl.a. karaktertræk som generthed, pleaserrollen, tilsidesættelse af egne behov etc. kommer fra den kommunikation, vi har modtaget de første år af vores liv.

Når vi bliver bevidste om, at der er områder i vores liv, der låser os fast, kan vi ændre det, og vi kan træde ud af de gamle programmer. .



Jeg har gennem mit mangeårige arbejde som hypnoseterapeut igen og igen hørt det fra mennesker, når de kom til en næste session. Der er mere lethed, ro, afslappethed, tryghed.

Al ubevidst "negativ indlæring" kan ændres og forsvinde som dug for solen, om vi ønsker det.

Du behøver ikke på forhånd vide, hvad det er, der spænder ben for dig i dit liv. Det ligger som oftest på det ubevidste plan. I vores snak vil det åbenbare sig og blive bevidstgjort, så du kan træde ud af det.

Et eksempel: Som barn fik jeg klø, og da jeg blev mor, var jeg bevidst om, at mine børn ikke skulle have klø. Det var et bevidst valg, men jeg havde mange andre ubevidste programmer klistret fast, og det tog mig mange år, før jeg blev bevidst omkring dem og kunne træde ud af det.

Programmer kan være alt fra adfærd, mønstre, personlighed, opfattelser, overbevisninger og tanker om verden og os selv.

Hvad er du træt af ved dig selv, og hvad vil du gerne ændre?

