

FEMININ NŐI ÚJJÁSZÜLETÉS

ÁLMODD ÚJ VALÓSÁGGÁ  
AZ ÉLETED!

SIKER-MENTORPROGRAM

DR. SZABÓ ÁGNES KATALINNAL



**1. AZ ÖNÁLLÓ FELNŐTT ÉNED**

<https://drszaboagnes.hu>

ÁLMODD ÚJ VALÓSÁGGÁ AZ ÉLETED!  
FEMININ NŐI ÚJJÁSZÜLETÉS SIKER-MENTORPROGRAM

**1. AZ ÖNÁLLÓ FELNŐTT ÉNED**

Drága Hölgyem!

Szeretettel köszöntelek Női Újjászületésed, az elindulásod, az önmagad örömeire megtett lépéseid alkalmával, közös utunkon!

Őszintén remélem, sőt tudom, hogy mindazon vágyaid, az álmaid, amikkel érkezted a Feminin Női Újjászületés siker-mentorprogramra, ezen együtt töltött időszak során nem csak elindulnak valósulni, de tovább gazdagodnak és a csodák megtörténnek!

Minden vágyam az, hogy egy újjá transzformálódott, egyre kiteljesedő feminin Nővé alakulj át, aki a vágyait már éli!

Vágyam továbbá, hogy az adott helyzetre, a külvilágra való ilyen-olyan reakciód, tehát reagálásod helyett egyre többször felvedd a teremtés, a kreálás, a többet nyújtó választásának hozzáállását az életedhez, és megtapasztald a minden napjaidban, hogy az nem csak lehetséges, de szükségszerű is az örömteli, boldog életedhez!

Vágyam, hogy élj Istenadta hatalmaddal szeretettel, alázattal, tudatosan, Nőként!

Nem titkolt szándékom, hogy beleállj a Feminin Női erődbe és élvezd minden vetületében azt az Életednek!

Vágyam, hogy gazdagodj minden tekintetben és a bőség halmozzon el!

És nem utolsó sorban vágyam, hogy mind ezt örömben, szeretettel, könnyedén, egészségesen, egyszerűen tedd! Ez váljék az életedben az alappá.

Vágyam, hogy tisztább rálátást, magasabb megértést nyerj minden helyzetteddel kapcsolatban, hogy önálló, magas tudatosságú elgondolásokat és ez által új, kedvező életminőséget és örömteli életérzést válassz önmagadnak.

Tudom, már nagyon sok mindent megtettél, kipróbáltál, megéltél eddig, hogy jobbá, szebbé, élhetővé alakítsd az életedet és magad körül másokét is. Sokat fáradoztál, sokszor erődön felül tettél meg dolgokat. Már túl sokat is.

*Pihenj!*

Most arra hívlak, hogy *dőlj hátra, vegyél három mély lélegzetet*, lassan szívod be, lassan fújd ki a levegőt, csendesedj le. És csak lélegezz, akár a *szemed is hunyd be*.

Most más, most új módon fogjuk *az életet transzformálni*, azt *új valósággá fogjuk álmodni!*

Igen, *ahhoz, hogy felébredj, felébredetté válj, az álmaidon át visz az új út.*

*Az álmokban minden lehetséges. Bármi megtörténhet.* Ott nincs gát, ego, nincs korlát, ellenállás. Nem igazak rá a fizikai világ törvényszerűségei, sem az idejét múlt, az ember által oly előszeretettel hitt ok-okozat törvénye.

Szabad vagy, bármit megtehetsz álmodban. És meg is teszel. Nem gondolkodsz rajt, szabad-e, vagy sem? Teszed és kész. Valósul, már ott is van. Nem kritizálsz. Csak megfigyeled külső szemlélőként, amint megtörténnek, megteremtődnek az álmodban a valóságok. És ennyi. Kész is van.

**Ez az álombéli hozzáállásod legyen mostantól a kulcs a teremtéseid, a választásaid során is!**

*Dőlj hátra!*

*Válj külső megfigyelőjévé az életed történéseinek, tudva, hogy bármikor teremthetsz egy még többet és jobbat adó tapasztalati valóságot!*

*Most belső teremtés következik! A valóságod lélekből történő teremtése lecsendesedtetten belül a lélek csendjében következik be.*

*Hagyd az aktív külső rohanást, eszeveszett mókuskereket!*

*Kezdj el befelé figyelni önmagadra, ÖNMAGODRA!*

Bármi is a vágyad, ne kérdőjelezd meg, lehet-e, illet-e téged, megérdemled-e? Ne méricskéld, kicsi-e vagy nem túl nagy-e? Az álmodban sem méricskélsz! Csak egyszerűen figyeled, leköveted, és hagyod, látod amint megtörténnek a dolgok a maguk szeretetteli rendjük mentén!

Ha felmerül benned bármi, bárki, **amire, akire vágysz, miközben jó érzéssel tölt el maga a vágy, a gondolat**, akkor annak szentelj kitartó figyelmet és ekként szeretetenergiát! Adj számára utat! Rajtad keresztül kíván megnyilvánulni!

Adj magadnak, a vágyaidnak, az örömeidnek utat, drága Hölgyem!

## HOGYAN, KIVEL INDULOK EL?

Belülről, a magodból, önmagadból és magaddal kezd!

A megoldásra mindig belül lelsz! Soha nem mást, mindig magad alakítod, transzformálsz, mindig rólad van szó!

**A Teremtés benned, belső magodban**, annak szikrázó fényében formálódik a pozitív gondolataid ereje és az ahhoz társuló szintén pozitív érzéseid tüzelőanyaga, a szeretet energiája által.

A gondolataid frekvenciája az, ami kisugárzik, majd a gondolataidhoz társuló, hasonló frekvenciájú érzéseiddel együtt gyors manifesztációhoz vezetve, felemelnek. Ez egy belső, tudatos, vizualizációs út.

A tanfolyamon többször elvégezzük a fenti alaptörvényszerűség ismeretében ezt a meditációs gyakorlatsorozatot, ami minden nemű gazdagsághoz, bőséghez, gyors teremtésekhez vezet. Ezen meditációk napi szintű elmélyítése az út a hatalmad megtapasztalásának folyamatában.

A következő fejezetekben konkrét útmutatást adok ahhoz, hogyan végezd el akár többször is naponta, az álmod megvalósulásához vezető útvonal fontos elemeként.

Ahhoz, hogy örömet leld teremtéseidben, vedd figyelembe, mit hallasz meg!

Két hangot hallhatsz belül: az egyik a lelked hangja, maga az Isten, a másik pedig az egod. A lelkedben béke van, ezért megnyugszol tőle, erőre teszel szert, ha a lelked hangját követed. A lelked a Teljesség, az Egy, az Isteni rész benned. Istent nem vallási értelemben használom, hanem mint végtelen teremtő, kreatív erőt, a teljességet, a legfelsőbb intelligenciát, a feltételnélküli szeretet energiáját.

„Isten feladata nem az, hogy *helyettetek* cselekedjen (t.i. emberek helyett, magyarázat tőlem), hanem az, hogy *felruházzon benneteket* a kellő hatalommal

kívánságaitok valóra váltásához” (Neale Donald Walsh: *Beszélgetések Istennel* 4. könyv)

### **Honnan tudom, hogy jó-e az útirány?**

**Az érzéseid, a tested mutatják** a haladási irányodat: önmagaddal összhangban vagy-e?

Nyugalmat, békét, elégedettséget, örömet, boldogságot adó érzéseid azt jelzik, a céloddhoz tartasz, ez valóban a te ügyed, a lelkedből fakad, az nem másé, ezen az úton haladj tovább!

Fordítva: ha a gondolat és az ahhoz társuló érzés szorongással, feszültséggel, megfélemléssel, nyugtalansággal, zaklatottsággal tölt el, azt jelzi, nem a tiéd ez az elgondolás. Haladj tovább, válts másik irányba, nem önazonos veled, sem az isteni utaddal a választott elgondolás és annak érzése.

**A gondolkodás:** a gondolatod az elmédben fogan, és rá jellemzően érzéskvalitásokat teremt, melyek a fizikai testedben ébrednek. **A gondolatok az agy (szellem) nyelve, az érzések pedig a test (álom) nyelve és jellemzően az alhasad környékén lakik. Innét manifesztálódnak az álmok!**

**És ahogy gondolkodsz és érzel, az meg fogja teremteni a létállapotodat. Ha mindig ugyanazt gondold magadról, ugyanazt fogod élni újra és újra. Minden minőségében igaz ez.**

**Ahogy, akiként jelenleg élsz, azt álmodod pillanatról pillanatra, azt testesíted.**

**Egy ciklus jön létre ezáltal, ami oda-vissza erősíti, segíti egymást.** (A tudatosságod szintjétől meghatározottan emel, erősít vagy akár gyengít, alacsonyít).

### **A ciklus (Dr. Joe Dispenza)**

„A gondolataid érzéseket generálnak a testedben, az érzéseid (a tested) válaszként további gondolatokkal reagál, így egy olyan elmeállapotot, egy olyan tudatossági szintet tükröz vissza, ami a létregondolt érzésnek megfelel. És ennek a ciklusnak az ismétlődése idővel arra kondicionálja a tested, hogy az adott érzélem elméjévé váljon.” (Dr. Joe Dispenza)

Mostanra látod már, **micsoda hatalmas teremtőerő lakik benned?! Felelős vagy a gondolataidért, az érzéseidért!**

## **A kulcs a tudatod szintje, a tudatosságra ébredésed!**

Az, hogy mit teremtettél eddig, nem a te hibád, de a te felelősséged! Hiszen megteremtetted. Megkreáltad, mert elhittél elgondolásokat arról, mit gondolj, mit érezz, mit tegyél, és hogyan állj a sor végén, mint anya és nő. És elhittél életmintákat és feltétel nélkül követted azokat: milyen a jó nő, asszony, milyen a jó férfi, a jó feleség, a jó férj, a jó anya, a jó apa, a jó gyerek, a jó család, a jó házasság. Itt az idő, hogy ne kifelé, a külső zajra, csak is befelé, a belső csendre, tenmagadra figyelj: itt bent lakik az Igaz, az Egy. Az jó neked.

Mindezek a dolgok, amiket eddig öntudatlanul tettél, függve, befolyásolva mások elgondolásától, érzéseitől, engedélyétől, valójában önállótlanná, gyermekivé tettek és arra készítették, hogy megfelelj. Arra készítették, hogy ne gondolkodj. Arra készítették, hogy ne kérdőjelezd meg a status quot. Arra készítették, hogy feltétel nélkül engedelmessédj, hogy ne légy felnőtt. Maradj kiszolgáltatott. Arra készítették, hogy kívül keresd a felelősöket.

Félre ne érts. Nem arról beszélek, amikor egy kisgyereket, egy nemrég született lelket megtanítasz szülőként arra, mik a játékszabályok a Föld nevű bolygón, hogyan kell táplálnia, ápolnia a fizikai testét és milyen közösségi erkölcsi értékek honosak az adott kultúrában. E nélkül nem tudna túlélni, alkalmazkodni.

Azonban az Élet célja nem csupán a túlélés, hanem az öröm harmonikus energiájában való teremtés, önmagunk megtapasztalása a teremtéseink láncolatában és a tapasztalatok mentén való ébredés.

Ébredés lélekként isteni önvalónk és emberi mivoltunk harmóniáját létrehívva. Az Egy-ségben.

**A saját elgondolás erőssé formál, meggyógyít.**

**Mondják, minden a fejben dől el. Valóban.**

**A gondolkodás a legfárasztóbb dolog, amit ember cselekedhet. Ezért kevesen teszik. A könnyebb utat, a kész automatikus gondolatkonzerveket választják.**

Az, hogy mit fogadsz el igaznak, meghatározza, mit teremtesz. Ez utóbbi pedig azt, kivé, mivé változol az idők folyamán. Kivé teremtéd magadat.

Saját magadon keresztül áramlik az információözön folyamatosan. Azonban *tudatos elméd* örként áll az információ áradat minősítésében, kapuként. Szűr: igaz - nem igaz, fontos - nem fontos, önazonos – nem önazonos és így tovább,

folyamatosan. Amit a tudatos elme beenged, azt a *tudatalatti önvalód* automatikusan elfogadja igaznak és manifesztálja.

**Légy tudatos!** Válassz jó társaságot!

Ha valamit számos alkalommal hallasz, a tudatos elméd hajlamos lesz végül elfogadni azt akkor is, ha előzőleg nem értett vele egyet. Ezért lényeges, hogy mit olvasol, mit hallgatsz, kit hallgatsz meg, kire, mire figyelsz, milyen társaságot, környezetet választasz magadnak!

Ez különösen igaz a nőkre.

A nőket számos hátrányos megkülönböztetés érte évezredekken keresztül. Olyan kollektív elgondolások égtek belénk eleink hiedelmei által genetikailag is, amik automatizmusokként irányítanak, ha nem vagyunk rájuk elég éberek.

**Van kiút! Azonban az belül keresendő!**

**Az eddigi elgondolásaiddal kezd, azok felülírásával.**

**Bátran tedd fel magadban a kérdést, boldoggá, örömtelivé tesz-e téged az adott elgondolás?**

**Kezdj el gondolkodni arról, kivé, mivé szeretnél lenni. Mi önazonos veled? Hogyan éreznéd jól magad a bőrödben?**

*Vegyél három mély lélegzetet, csendesítsd le magad, figyelj belülré és kezdj el beleérezni abba, vizualizáld, milyen Nő vagy 3 év múlva. Mire, kire vágysz, kiként légy jelen?*

***Kérlek tedd ezt úgy, mint egy álom: ne lepődj meg semmin, amit látsz, ne kérdőjelezd meg, ne akadályozd magad.***

***Dőlj hátra és figyeld meg, mi mutatkozik meg önmagadból most a számodra!***

***Ébredj a legteljesebbre abból, akivé lehetsz!***

***Írd le a 3 év múltvai naptári dátumot és kezd el részletezni, annyira konkrétan, amennyire csak tudod azt a NŐT, akiként magad látod.***

***Hogy nézel ki? (küllemed, fittséged, öltözködésed, kisugárzásod, a hajad, a bőröd, a tested, a mozdulataid, a hangod)***

***Milyen érzés ránézni a 3 év múltvai önmagadra?***

***Milyen gondolatok foglalkoztatnak?***

***Milyen az életed? Milyen életstílust választottál magadnak?***

***Különösen az önállóság szempontjából vedd szemügyre a jövőbeni énedet és az általa létrehozott életminőségedet!***

***Életed mely területén vált számodra a legmeghatározóbbá az önállóság?***

***Kivel, kikkel vagy? Kik a társaságod?***

***Hol vagy? Milyen a környezeted?***

*Mit teszel? Kiket szolgálsz? Mivel foglalkozol?*

*Mi okoz örömet?*

***Hogyan valósítod az örömedül szolgáló dolgokat?***

*Mivel vagy elégedett?*

*Mi a legfontosabb most a jövőbeni éned számára? Mik a céljaid?*

***Milyenné vált a karaktered? Milyen új karakterjegyekkel bírsz?***

*Lásd magad összességében!*

***Mi a legfontosabb változásod mai éned szempontjából?***

***És most azt nézd meg, ahhoz, hogy ezt az előbbi vágy víziódat 3 év múlva megvalósítsd, 1 év múlva kivé, milyen NŐVÉ kell válnod ahhoz?***

***Milyen lépéseket kell addigra megtenned? Hol tartasz ebben a folyamatodban 1 év múlva?***

*Indulj el vissza az időben lépésről lépésre!*

**Írd fel az 1 év múlva esedékes dátumot és figyeld, mi az, ami már most jelen van, megvalósítottad azokat a vágyaidból?**

*Vegyél ismét néhány mély levegőt, dőlj hátra és vizionáld önmagad mostantól számított 1 év múlva!*

**Milyen döntéseket hozol meg most, 1 év múltán, hogy majdan a 3 évvel későbbi vágyott NŐALAK legyen jelen az életedben?**

*Hogy nézel ki? (küllemed, fittséged, öltözködésed, kisugárzásod, a hajad, a bőröd, a tested, a mozdulataid, a hangod)*

**Milyen érzés ránézni az 1 év múltai önmagadra?**

**Milyen gondolatok foglalkoztatnak?**

**Milyen az életed? Milyen életstílust választottál magadnak?**

**Különösen az önállóság szempontjából vedd szemügyre a jövőbeni énedet és az általa létrehozott életminőségedet!**

**Életed mely területén vált számodra a legmeghatározóbbá az önállóság?**

*Kivel, kikkel vagy? Kik a társaságod?*

*Hol vagy? Milyen a környezeted?*

*Mit teszel? Kiket szolgálasz? Mivel foglalkozol?*

*Mi okoz örömet?*

***Hogyan valósítod az örömdől szolgáló dolgokat?***

*Mivel vagy elégedett?*

*Mi a legfontosabb most a jövőbeni éned számára? Mik a céljaid?*

***Milyenné vált a karaktered? Milyen új karakterjegyekkel bírsz?***

*Lásd magad összességében!*

***Mi a legfontosabb változásod 1 év múlva a mai éned szempontjából?***

Folytassuk tovább!

**Írd fel a fél év múlva esedékes dátumot!**

**Milyen önálló döntéseket hozol meg fél év múltán, hogy majdan az 1 és a 3 évvel későbbi vágyott NŐALAK legyen jelen, váljon valóságoddá az életedben?**

**A jelenlegi kiindulási állapotodhoz képest kiként látod magad fél év múlva? Milyen átalakulásokon mentél végig?**

*Haladj végig az előző kérdés soron!*

Hol tartasz fél év múlva a változásaidban a mai állapotodhoz képest ahhoz, hogy a jövődben a vágyaid valósuljanak?

Mit tűzöl ki célodul?

És mit teszel meg érte konkrétan? Milyen konkrét lépések szükségesek ehhez?

*Kövesd a kérdéssort!*

**Folytasd tovább!**

**Most jegyezd fel a 3 hónappal későbbi dátumot magadnak!**

*Nézd meg magad ugyan így **90 nap múlva!** Miket határozol el most, hogy 90 nap múlva az a NŐ légy, aki a 3 év múlva vágyott NŐALAKOT már könnyedén teremti?*

*Milyen változásokat fogadtál el magadon ehhez?*

*Milyen döntést hoztál önmagadra nézve!*

*Írd le!*

*Mit, miket fogsz vizionálni naponta, hogy 3 hónap múlva már egy új életminőséged, új életstílusod, új életérzésed legyen? Új NŐ lehess?*

*Határozd meg, mi az a **3-6 változás**, amit napi szinten vizionálsz, beleérsz, belegondolsz, hogy 1 év, 3 év múlva minden vágyad valóra álmodd és meg is valósítsd őket belül a belső Magodban, önmagadban, hogy aztán a külvilágodban is megtapasztalhasd, mint körülölelő körülményeket?*

***Mi az a 3 dolog, amit megteszel ehhez az elkövetkező 1 hétben és mit teszel meg 1 napon belül? Döntsd el, állíts szándékot!***

*Milyen önálló döntéssel kezded az önazonos Női Életedet?*

Mostantól a Te lehetőséged dönteni arról, hogy kivé kívánsz válni!

Rajtad kívül nincs hatalma a döntésed felett senkinek!

Nyugodtan dőlj hátra és élvezd ezt a játékot!

Élvezd az utazást!

Élvezd, hogy VISSZAVESZED A FELELŐSSÉGET ÖNMAGADHOZ, felelős vagy önmagadért, a választásodért!

**TE VAGY A TEREMTŐ ÉS A TEREMTETT IS EGYÚTTAL!**

Ez a záloga annak, hogy bármikor felül írhasd a korábbi döntéseidet egy még jobbra, még gazdagabba, MÉG TELJESEBBRE, hiszen az nem függ senkitől,

kizárólag Tőled! És ha úgy érzed, írd is felül, ébredj magadból minden pillanatban többre!

Nincsenek többé korlátaid!

Ha szeretnéd, akár hetente készíthetsz egy új tervet magadnak, hogy a még bőségesebbet tapasztalhasd meg!

Érdemes 3 havonta, de évente minden képen újra gondolnod, hol tartasz?

***Dőlj hátra, adj magadnak időt, csendesedj le, álmodj, játssz, élvezd, örömködj!***

Örömteli női újjászületésed szeretetteli szolgálatában:

Ágnes