LIVSSTILSRÅD

GODE RÅD TIL AT FORVALTE DIN GRUNDVIBRATION

E-bog af Growing Free
e-mail: kontakt@growingfree.dk

Indholdsfortegnelse

Hvad er en grundvibration og hvordan kan du påvirke og optimere den?
Sådan udregner du din grundvibration
Kapitel 1: Solen
Kapitel 2: Månen
Kapitel 3: Jupiter
Kapitel 4: Uranus
Kapitel 5: Merkur
Kapitel 6: Venus
Kapitel 7: Neptun
Kapitel 8: Saturn
Kapitel 9: Mars
Kapitel 15/6: Pluto
Afslutning

Hvad er en grundvibration og hvordan kan du påvirke og optimere den?

Din grundvibration beregnes ud fra din fødselsdato og afspejler din personlighed og hvordan andre ser og fornemmer dig. Samtidig rummer din fødselsdato også sider af dig, som du inderst inde kan have svært ved helt at identificere dig med. Det er ofte de dele af dig, der føles mest sårbare eller udfordrende.

Nogle af os bærer en grundvibration som kan føles mere intens, udfordrende eller skæbnebetonede end hos andre. Alle grundenvibrationer har deres berettigelse og ingen er mere rigtige end andre.

Det handler i virkeligheden ikke om, hvorvidt du har et såkaldt heldigt tal eller et udfordrende tal. Det handler i høj grad om at forstå tallene og få det bedste frem i dem. Når du lærer at få det bedste frem i tallene vil dit liv føles lettere og i flow og du vil nemmere kunne udvikle dine evner og de unikke gaver du har med dig i dette liv.

Når du er i balance kan du bedre udnytte de gode egenskaber dine tal har. Når du er ude af balance kan det være sværere at mærke dine styrker og udvikle dit potentiale. Derfor kan det være en gave til dig selv at blive mere bevidst om hvad dine talvibrationer betyder. Når du forstår og accepterer den grundvibration din fødselsdato bærer, kan du begynde at arbejde bevidst med den. Det handler ikke om at ændre hvem du er, men om at bruge din energi på en måde, der støtter dig.

Din grundvibration er ikke tilfældig. Du er her med et formål, og de livslektioner du møder er en naturlig del af din udvikling og den rejse du er på.

Sådan udregner du din grundvibration

Ved hjælp af den dag du er født kan du finde din grundvibration. Du finder den ved at reducere tallene i din fødselsdato til ét enkelt ciffer mellem 1 og 9.
Det eneste tal vi ikke reducerer til et enkelt ciffer er tallet 15. Så er du født den 15. i en hvilken som helst måned vil din grundvibration være 15/6.

Er du fx født den 5. i en måned har du grundvibration 5. Er du født den 18. i en måned har du grundvibration 9 (1+8=9). Er du født den 28. i en måned har du grundvibration 1 (2+8) osv. Nedenfor kan du finde din fødselsdato og se din grundvibration.

Hvilken grundvibration har du?
Er du født den:
1., 10., 19. eller 28. i en måned har du grundvibration 1
2., 11., 20. eller 29. i en måned har du grundvibration 2
3., 12., 21. eller 30. i en måned har du grundvibration 3
4., 13., 22. eller 31. i en måned har du grundvibration 4
5., 14., eller 23 i en måned har du grundvibration 5
6., eller 24. i en måned har du grundvibration 6
7., 16. eller 25 i en måned har du grundvibration 7
8. 17. eller 26. i en måned har du grundvibration 8
9. 18., eller 27 i en måned har du grundvibration 9
15. i en måned har du grundvibrationen 15/6

Du vil sagtens kunne genkende dig selv i flere af de forskellige beskrivelser. Det skyldes, at vi også påvirkes af den måned og det år, vi er født i.
Det er dog altid selve fødselsdagen, der har den stærkeste indflydelse på vores grundvibration.

1 - Solen

Når din grundvibration er 1 er den påvirket af solens energi.

Denne grundvibration rummer en masse glæde, positivitet og begejstring. Ligesom solen kan du lyse et rum op og du trives med at være midtpunkt.

Du besidder stærke lederegenskaber, er intuitiv og bliver hurtigt inspireret, hvilket er med til at give dig en masse gode og nye idéer. Du drives af en indre trang til at optimere, skabe fremdrift og yder altid dit bedste med en snert af perfektionisme.

Du er god til at planlægge ned til mindste detalje og du går efter at vinde hver eneste gang, hvilket gør at du er succesfuld.

Du elsker ros og anderkendelse og du kan have svært ved at håndtere nederlag eller situationer, hvor du taber ansigt. Du kan ikke lide at blive sagt imod og vil gerne have ret.

I balance skaber denne energi inspirerende handlekraft, positivitet og evnen til at løfte både sig selv og andre.

... du kan have en majestætisk, svaneagtig fremtoning

Balanceret:
Positiv og løsningsorienteret, generøs og givende, har gode lederevner, spreder glæde og lyser et rum op, kærlig, god til at optimere og gøre tingene nemmere, optimistisk, personlig indre styrke og vindermentalitet.

Ubalanceret:
Kan blive afhængig af ros og anerkendelse, kan miste motivation og virke doven, kan virke dominerende og kritisk, kan fremstå egocentrisk, kan blive alt for perfektionistisk, kan have svært ved at slippe og vil gerne have kontrol, svært ved at rumme nederlag og vil ikke tabe ansigt.

Gode råd:

- Sørg for at få lys/sollys i alle afskygninger. Denne grundvibration vil have størts risiko for at få en vinterdepression, så det er vigtigt at komme ud i naturen og få noget lys - rejs gerne ned til solen om vinteren.
- Tænk over hvem du bruger tid sammen med. Vær omkring andre med lys energi da negative personer kan trække dig ned.
- Tillad dig selv at shine og det er vigtigt at du befinder dig i et miljø som giver dig plads til at shine.
- Vær opmærksom på ikke at blive for dominerende eller kritisk. Brug dit lys til dit og alle andres bedste.
- Prøv at slippe kontrollen lidt og lad din intuition guide dig.

2 - Månen

Når din grundvibration er 2 er du påvirket og dybt forbundet med månens blide energi.

Du rummer en følsom, intuitiv og feminin energi, hvor behovet for tryghed og nærhed fylder meget. Du bliver hurtigt forelsket og du har en længsel efter to-somhed, romantik og det at kunne nyde livet i rolige og nære relationer.

Som person er du charmerende, imødekommende og sensitiv med en stærk moderenergi og empatisk sans. Du bærer samtidig en indre udviklingsproces, hvor opvækst, arv og miljø skal bearbejdes. Følelserne går dybt og du vil kunne opleve humørsvingninger.

Du vil have en kærlighed til glæde, fest og lethed, men også en udfordring i forhold til struktur og rutiner, som kan føles begrænsende. Når noget bliver for sårbart eller konfliktfyldt, kan der opstå en tendens til at du trækker dig eller gør dig kold.

Bliv 100 meter mester i at mærke efter hvad der er dit og hvad der er andres...

Balanceret:
Glæde, festlig og sjov, feminin med en moder-energi, empatisk, følsom og blid, god til nærvær, sensitiv, romantisk, harmoni og balance og god til at nyde.

Ubalanceret:
Over følsom og over sensitiv, humørsyg, identitetsudfordringer, kan gøre sig gold, kan være for meget ovre i andre, kan være uempatisk, mangler handlekraft, mangler lederegenskaber, kan virke forvirret og ufokuseret, tvivl og usikkerhed.

Gode råd:

- Sørg for at spise varm og nærende mad, der føles behagelig og gør dig godt tilpas.
- Ophold dig i smukke og harmoniske omgivelser.
- Brug dit føle- og sansesystem til at mærke efter om noget er et ja eller nej.
- Hvis noget føles svært så vær opmærksom på om det er dit eget eller andres.
- Sørg for ikke at blive for afhængig af en partner og undgå at idealisere din partner på en måde, der ikke stemmer med virkeligheden.

3 - Jupiter

Når din grundvibration er 3 er du påvirket af Jupiters energi.

Du ambitiøs, selvstændig, målrettet og drevet af et stærkt formål. Du har fokus på kvalitet, vækst, udvikling og du vil ikke nøjes og tåler kun succes som helst også skal bemærkes af andre.

Energien rummer både klogskab, logik og en skarp evne til at vurdere. Etik, moral og retfærdighed spiller en vigtig rolle, og der er en naturlig trang til at gøre det rigtige og ikke kun for dig selv, men også for andre. Samtidig ligger der en stor glæde i at hjælpe, give og være noget for dem omkring dig.

Du har stærke lederegenskaber og kan have tendens til at være gammeldags, konservativ, dominerende og til tider arrogant. Du stiller høje krav til dig selv og til andre.

Du er nysgerrig, tænker meget og befinder dig ofte i hovedet.

Tingene skal føles lette og du vil gerne havde det sjovt undervejs. Der kan være en tendens til det grandiøse og til at ville det hele og aldrig nøjes.

Fyld din egen kop op først, før du hælder op i andres...

Balanceret:
Ambitiøs, elsker livet, gavmild, glæde, positivitet og lethed, heldig, har lederegenskaber, humoristisk sans, kan få hvad som helst til at blive til mere, klogskab, nysgerrig, målrettet og retfærdig, skarp til at vurdere, visdom, vækst og vælger de rette løsninger.

Ubalanceret:
Doven, divatendenser, dømmende, er meget i hovedet, kan virke arrogant, snobbet, tendens til pokerfece, tåler ikke nederlag, sammenligner sig med andre, vil have det hele, aldrig nøjes

Gode råd:

- Vær opmærksom på dit indtag, da du kan have en tendens til overspisning og alle former for misbrug fx, alkohol, sukker eller stoffer.
- Begræns dit indtag og spørg en ekstra gang - har jeg virkelig brug for det her?
- Arbejd med at komme ned i kroppen og mærke dig selv.
- Sørg for at opfylde dine egne behov først før du giver til andre.
- Prøv at se alle oplevelser som læring uden at bedømme om det er en succes eller en fiasko.

4 - Uranus

Når din grundvibration er 4 er du påvirket af Uranus energi.

Med denne grundvibration er du helt din egen og du tænker også anderledes end alle andre. Du er god til at tænke abstrakt og din "krøllede" hjerne åbner for perspektiver og nye måder at gøre tingene på. Du får idéer i massevis og er ofte med på den "værste".

Du er en frihedselsker med en indre rebel og har svært ved autoriteter. Du trives med forandring og dit sind er fyldt med idéer, innovation og opfindsomhed. Du ser muligheder hvor andre ser begrænsninger. Du er ofte et skridt foran og kan betegnes som en fanebærer, firstmover eller en trendsetter.

Du er givende og serviceminded også når du selv er fyldt helt op. En vigtig del af din rejse er at lære at stå på egne ben, stole på din egen retning og ikke søge konstant bekræftelse udefra.

Samtidig rummer du en dyb længsel efter noget andet. Din psyke kan være skrøbelig og du kan ofte føle at du bliver misforstået. Du kan have en tendens til lavt selvværd, så det kan du med fordel arbejde med.

Vær tro mod dig selv, dine drømme og dine længsler

Balanceret:
Abstrakt tænkning, fantasifuld, fanebærer, idéer i massevis, healerevner, innovation, anerledes perspektiv, inspiration, kan downloade idéer fra andre og universet, nysgerrig, opfinder, nye idéer, overblik, rebelsk og frihedselsker, holistisk, går op i bæredygtighed og økologi, helhedsorienteret, hjælpsom, giver til andre, ser muligheder, servicemindet, trendsetter, undersøgende

Ubalanceret:
Føle sig som det sorte får, hader autoriteter, hemmelighedsfuld, lavt selvværd, længsel, misforståelser, psyken kan være skrøbelig, sammenligner, vil hellere noget andet

Gode råd:

- Sørg for at lade op alene - det er vigtigt!
- Mediter gerne så du lades op og idéerne kommer ned til dig.
- Du trives godt ved vandet, så hvis det er muligt skal du priorite at opholde dig meget ved vandet.
- Tillad dig selv at være anderledes, unik og forandringsskabende.
- Din krop kan være meget sart og sensitiv så vær opmærksom på hvad du udsætter den for. Undgå alt syntetisk og vælg kun det naturlige.

5 - Merkur

Når din grundvibration er 5 er du påvirket af Merkurs energi.

Du er stærk på den kommunikative del og du har fokus på det rationelle og det logiske og kan se sammenhænge mellem årsag og virkning. Du taler meget, er god til at skabe kontakt, er vellidt af andre og føler dig på bølgelængde med alle, hvilket bakkes op af din holdning om at alle er lige.

Din energi kan til tider opleves som “all over the place”, og for nogle kan du fremstå som værende lidt for meget.

Du observerer konstant, opfanger detaljer og lagrer viden, som du nemt kan hente frem igen. Du har en naturlig evne til udenadslære og for dig går teori og praksis hånd i hånd.

Du bliver dog let overstimuleret, da dit nervesystem er følsomt. Søvn er afgørende for din trivsel, og når du er overbelastet kan det påvirke din vurderingsevne. Du opholder dig meget i dit hoved, og det kan indimellem blive overvældende, både for dig selv men for dine omgivelser.

Én idé ført ud i livet er mere værd end ti idéer, der kun bliver til tanker

Balanceret:
Kan med alle, ligeværdig, livlig og spontan, i bevægelse, handlekraft, fornuftig samler folk, ser sammenhæng mellem årsag og virkning, gør sig observationer, skaber kontakt, formidling, udadvendt, udenadslære, gode kommunikative evner, fremdrift, mental stærk og tænker klart.

Ubalanceret:
Bliver let overstimuleret, snakker for meget, direkte og hæmningsløs, kan være for hård i tonen, dårlig vurderingsevene, for meget i hovedet, forvirret, kan opleves som værende "for meget", overfladisk tilgang til viden og nervøs

Gode råd:

- Det er vigtigt at du overholder din søvn og går i seng i ordentlig tid også selvom du ikke føler dig træt.
- Du skal øve dig i at slappe af og få ro på nervesystemet.
- Du har et følsomt nervesystem og kan have svært ved at være i dig selv. Sørg for at komme ned i kroppen evt. ved at meditere eller lave aktiviteter hvor du ikke skal bruge hovedet og husk kun én aktivitet ad gangen.
- Sørg for at du ikke spreder dig over for meget og at du ikke bliver overstimuleret.

6 - Venus

Når din grundenergi er 6 er du påvirket af Venus energien.

Du er et familiemenneske der lægger stor vægt på hjemmet som et sted der føles kærligt, trygt og hyggeligt.

Som menneske er du kærlig, loyal og nem at være sammen med. Du har en naturlig evne til at få det bedste ud af alle situationer. Du kan opleves som sanselig og romantisk og du værdsætter det æstetiske, det nære og alt det, der føles godt, og du kan virkelig falde i svime over noget, der er smukt og lækkert.

Du bærer en moderlig, blid og dragende energi, som mennesker naturligt føler sig trygge i. Du trives særligt i parforhold og ægteskab, hvor nærhed, kærlighed og romantik får lov at fylde.

Du kan være stædig og kan have svært ved at sætte klare grænser. Du kan nøjes og finder glæde i det enkle så længe der er kvalitet og mening i det. Der er også en vis magelighed i dig og du lever efter yde/nye princippet.

At skrive taknemmelighedsdagbog hver dag kan hjælpe dig med at flytte fokus fra det, der mangler, til alt det, der allerede er godt i dit liv

Balanceret:
Arbejdssom, blid, charmerende, dragende, elskelig, flirtende, får det bedste ud af situationen, kærlig, livsnyder, magnetisk udstråling, rar, romantiker, sanselig, tilfreds, venlig, æstetisk

Ubalanceret:
For accepterende, Følelsesmæssig afhængig, mistænker andre, uselvstændig, stædig, svært ved at sætte grænser, overskrider andres grænser og taknemmeligheds-issues

Gode råd:

- Det er vigtigt at du omgiver dig med en høj æstetik.
- Sørg for at der er rent og lækkert der hvor du opholder dig.
- Du skal unde dig selv det bedste. Omgiv dig af skønhed og velvære og prioriter at give dig selv oplevelser i omgivelser der føles rare.
- Lær at elsk dig selv og gør nogle selvkærlige handlinger hver dag.
- Vær opmærksom på at sætte grænser over for andre, men sørg også for ikke at overskride andres grænser selvom det er ment som en hjælp.

7 - Neptun

Når din grundvibration er 7 er du påvirket af Neptuns energi.

Der er en stærk spiritualitet i dig, og din indre stemme og intuition fungerer som en vigtig guidance, der hjælper dig med at finde retning i livet. Du kan også være skeptisk hvis du har lukket ned for spiritualiteten og dine evner. Du lærer bedst gennem dine egne erfaringer. Du kan fungere overraskende godt i kaos, men din udvikling ligger i at bevæge dig fra kaos til klarhed.

Samtidig kan grænserne mellem dit indre og ydre univers blive blive udvisket. Du kan have svært ved helt at stole på dine sanser, og der kan opstå en tendens til at søge ind i en fantasiverden, som føles tryggere og mere tiltalende end virkeligheden.

Din energi virker dragende på andre, men indeni kan der være en rastløshed og en vis usikkerhed. Du er sensitiv over for dine omgivelser og kan blive påvirket af lavtvibrerende energi. Du kan have en tendens til at udskyde ting eller trække dig. Du kan have udflydende grænser hvilket kan gøre det svært for dig, da du ikke stoler på dine egne sanser.

Din længsel efter frihed er stærk, frihed til at drømme, til at mærke og til at være i din egen verden.

Daglig meditation kan hjælpe med at blive mere nærværende og grounded

Balanceret:
Eventyrlysten, fantasifuld, healerevner, får beskeder fra den anden verden, hengivenhed, indre guidance, indre stemme, intuition, klarhed, kunstner, romantisk, virker dragende på andre og hjælper andre

Ubalanceret:
Afhængighed, brok og jammer, lever i en fantasiverden, skelner ikke mellem fantasi og virkelighed, kan ikke stole på sine sanser, kaos, kan virke usikker, kan være stædig, lukker ned for spiritualitet, rastløs, er i ego, sart, smerte, tågetilstand, udflydende grænser, udskyder og udvisker grænser

Gode råd:

- Sørg for at meditere og arbejde med grounding på daglig basis, da Neptun energien flyver.
- Mærk at tingene eksisterer, så du ikke hele tiden befinder dig i en fantasiverden.
- Find ud af hvad dine idealer er og lev i overensstemmelse med dem. Lad være med at ignorere din indre verden.
- Sørg for at være i højtvibrerende miljøer.

8 - Saturn

Når din grundenergi er 8 er du påvirket af Saturns energi.

Du er disciplineret, flittig og målrettet, med en evne til altid at gøre det nødvendige. Du tænker langsigtet, kender vejen til målet og har en særlig evne til at optimere din tid og dine ressourcer. Du besidder en råstyrke og en markant overlevelsesevne og nogle ville kalde dig en bjergged, fordi du bliver ved og finder vej, uanset hvor stejlt der er. Du har en længsel efter frihed, men du ved også, at frihed opstår gennem handling og ansvar.

Livet tester dig og du kan møde mange prøvelser, men du kan stå stærkt i både med- og modvind og er ofte forberedt på hvis der skulle opstå en nødsituation.

Du deler sjældent ud af dine følelser og har en tendens til at forholde dig praktisk til dem. Du kan virke reserveret og holder ofte en vis “hjerteafstand”, indtil du har set folk an og føler dig tryg. Samtidig er du grounded og står solidt i dig selv.

Der kan ligge et lavt selvværd under overfladen, selvom du udadtil fremstår kompetent, kontrolleret og målrettet. Du har naturlige lederevner og et stort potentiale, og dit liv bærer præg af noget skæbnebestemt

Det er ikke et svaghedstegn at bede om hjælp

Balanceret:
Ansvarsfuld, ambitiøs, flittig, kan forbinde jord og himmel, kan optimere sin tid, kender vejen til målet, lederevner, højt intellekt, Mother Earth type, målrettet, ordentlig, passioneret, indre styrke, stærk personlighed, handlekraft, succesfuld, tænker langsigtet, tålmodighed og vedholdenhed

Ubalanceret:
Alvorlig, fanatisk, føler mangel, stædig, føler sig fanget, hård, holder "hjerteafstand", kan føle sig misforstået, negativ opmærksomhed, lavt selværd, modvind, prøvelser og lever med status quo

Gode råd:

- Spis mange grøntsager og mad som ikke er forarbejdet - undgå kød og erstat det med andre proteinrige kilder
- Husk at lytte til din indre stemme
- Vær din egen guru, dvs. lyt til dig selv og stol på din egen indre vejledning for den har som regel ret.
- Praktiser taknemmelighed og vær opmærksom på det der går godt og lad de andre ting passere.

9 - Mars

Når din grundenergi er 9 er du påvirket af Mars energien.

Du bærer en kraftfuld og intens energi, der vil fremad og skabe resultater. Arbejde, præstation og fremdrift fylder meget for dig, og du kan let blive opslugt af det du sætter dig for. Du er kritisk og utilfreds og det er din utilfredshed der er drivkraften bag.

Du har et stærkt drive, er handlekraftig og du har en evne til at tage initiativ hvilket gør dig til en god igangsætter. Du knokler, presser på og holder ud for at få tingene færdige.

Du er fokuseret og målrettet og det der står i vejen fjerner du uden tøven. Du har naturlige lederevner med behov for kontrol og overblik. Du udstråler selvsikkerhed, styrke og mod og kan overskride andres grænser.

Din kommunikation er kontant og direkte og du kan komme til at tale før du tænker. Du kan virke som en "elefant i en glasbutik", fordi din energi er så voldsom. Der er både temperament og en stærk vilje i dig og din utålmodighed gør, at du ønsker resultater her og nu.

Men du er også et familiemenneske der kan virke hård udenpå men i virkeligheden er du blød indeni.

Det er okay at tage sig tid til at tænke før man taler

Balanceret:
Drive, handlekraft, hårdt arbejdende, igangsætter, effektivitet, fokuseret, målrettet, udholdende, lederevner, blød indeni, selvsikker, selvstændig, skaberkraft, social, styrke og mod, viljestærk, initiativrig,

Ubalanceret:
Hård udenpå, kynisk, lyver, selvtægt, overskrider andres grænser, stress-energi, taler før man tænker, voldsom, aggressiv, destruktiv, dominerende, knokler og presser på, kritisk, utilfreds, stædig, utålmodig, pisser territorie af, opmærksomhedskrævende, kontrollerende og familieproblemer.

Gode råd:

- Brug din energi og din power hensigtsmæssigt.
- Sørg for at du altid har et projekt eller et mål for ikke at blive rastløs og splitte ting ad.
- Forestil dig at du har en motorsav der ikke kan slukkes for, så få gang i nogle projekter hvor motorsaven gør gavn.
- Mærk dig selv og lad vær med at undertrykke dine følelser, brug dem i stedet kontruktivt.
- Du vil trives godt med at være fysisk aktiv og have en nærværende fysisk kontakt - også seksuelt.

15/6 - Pluto

Når du er født den 15. i en måned forbindes din energi med en dybere og en mere intens energi som kan beskrives som Pluto-energien.

Det er den eneste dato hvor vi i numerologien ikke reducerer tallet til et enkelt ciffer, da tallet rummer en kompleks og helt unik energi.

Denne energi kalder på at gå den indre vej og søge i dybden og det overfladiske vil sjældent føles tilfredsstillende for dig. Du vil ofte have alkymistiske- og stærke psykiske evner indenfor det terapeutiske og personlige udviklingsarbejde. Dette er både gældende for dig selv og for andre. Transformation, forvandling og genfødsel er gennemgående temaer i dit liv og du har en særlig evne til at formidle indsigt og skabe healing.

Samtidig rummer du en stærk vilje, som du instinktivt følger. Du går dine egne veje og har en tendens til at spille efter dine egne regler. Frihed er afgørende for dig, og du trives ikke med at blive begrænset.

Du vil have en magnetisk og karismatisk udstråling og du vil kunne påvirke andre ved at lyse ind i deres mørke.

At være født den 15. er ikke en let energi, men det er en kraftfuld én. Når du er i balance, kan du bruge denne energi til at skabe dyb transformation, stå stærkt i dig selv og være en katalysator for forandring både i dit eget liv men også i andres.

Hvad ville der ske hvis du skulle være alene med dine tanker uden at skulle fixe dem?

Balanceret:
Charme, karisma, effektivitet, formidlingsevner, forvandling, gå den indre vej/gå i dybden, hvid magi, kunstner, æstetisk sans, lyser ind i andres mørke, psykiske evner, selvsikker, selvtillid, transformation, terapeutiske evner, veltalende og vinderinstinkt.

Ubalanceret:
Aggressiv, bestemmer uden interesse for andre, destruktion, dyster og dunkel, general/udstøder ordre, had, hævn, kynisk, magtbegærlig, manipulerende, raseri, snu, udspekuleret, spiller kun efter egne regler, svært ved at bede om hjælp, sætter sin vilje igennem, temperamentsfuld, udemokratisk, vil have indflydelse, vil ikke begrænses

Gode råd:

- Arbejd bevidst med skyggearbejde. Der kan være sider af dig selv, som er svære at få øje på
- Vær opmærksom på balancen mellem lys og mørke. Du rummer begge dele, og din styrke ligger ikke i at undgå mørket, men i at kunne bevæge dig igennem det uden at miste dig selv.
- Gå ikke længere ned i mørket, end du selv kan finde op igen. Det er vigtigt at mærke dine grænser og tage dine følelser alvorligt.
- Du trives bedst når du er fysisk aktiv - undgå stillesidende arbejde.
- Vær meget bevidst om din intention, før du handler. Spørg dig selv - Hvad vil jeg med det her?
- Du har en energi, der ofte bryder noget ned, før noget nyt kan bygges op. Forsøg ikke altid at modstå opløsning eller forandring. Nogle afslutninger er nødvendige for ny vækst.
- Spis rå eller enkel mad - gerne raw food.

Min intention med denne e-bog er at give dig nogle nu og her værktøjer til at komme mere i balance. Der er en stor værdi i at lære sig selv bedre at kende og i at møde sig selv med både nysgerrighed og taknemmelighed for det man rummer.

Husk at vi ikke kun er påvirket af den dag vi er født, men også af måneden året samt det navn vi bærer. Alt dette er med til at forme vores samlede energi og vibration. Det du har læst i denne e-bog er derfor generelle råd, som tager udgangspunkt i din grundvibration ud fra din fødselsdato alene.

Ved at forstå din grundvibration og åbne op for at få det bedste frem i den kan du blandt andet opnå:

- En større klarhed og fremdrift
- At dine idéer flyder lettere og muligheder dukker op
- Ting falder på plads og din energi stiger

Uden denne forståelse risikerer du at:

- Miste adgang til dele af dit potentiale
- Fortsætte med at gentage de samme mønstre som ikke gavner dig
- Fortsætte med at presse dig selv og ikke være i flow

Du er altid velkommen til at kontakte mig på e-mail:
kontakt@growingfree.dk
Af hjertet tak fordi du har læste med.