



Sofia Senteret

DNA oppgradering - hva er det?

Jeg har lenge lurt på hva som egentlig menes med en dna oppgradering. Noen bruker begrepet innenfor yoga, andre beskriver effekten av en slik oppgradering nokså tilsvarende den effekt terapi og selvutvikling har.

Selv har jeg nylig lest 2 bøker av Sol Luckman, som har utviklet en metode for DNA oppgradering som kalles The Regenetic method, og Potentiation. Forskjellen mellom denne metoden, og andre beskrivelser av DNA oppgradering som jeg har lest, (jeg har ikke lest alle), er at Sol Luckman sin metode restarter vårt DNA, slik at de eventuelle feilkoder som er der som og som skaper blokkeringer i oss, de løses opp. En kan da bli frisk av kronisk sykdom (- dette regnes ikke som behandling!!).

Slik jeg forstår Sol Luckman, er det to viktige effekter som Potentiation har, som både yoga, terapi og annet spiritueelt arbeid også har, men ikke med samme dybde. Dette er å rense toksiner så dypt, at en kommer tilbake til full balanse. Toksiner er både fremmedstoffer i mat, vaksiner, medisiner etc, og traumer. Den andre effekten, som er like viktig, er at den åpner for spirituell kontakt med seg selv. En kroppslig forankra spiritualitet.

Bakgrunnen til Sol Luckman var at han hadde ME, fibromyalgi, og mange allergier i forhold til mat. Han ville bli frisk, og gjorde et dypdukk inn i vitenskapen og den spirituelle litteraturen. Han fant frem til en metode som, det utrolig nok, kun tar 30 min å gjennomføre. Effekten av dette pågår i 42 uker, hvor alle chakraene rebalanseres.

Luckman mener selv han ble kronisk syk, fordi han fikk en dna skade på grunn av vaksiner (gulfeber og Hepatitt B vaksine). Mens jeg leste hans bøker, dukker tanken opp:

- kan det være dna skade (vaksine skade) jeg selv også strever med?

Jeg tok hepatitt B vaksinemens jeg jobbet med flyktninger, og senere flere vaksiner når jeg skulle til Sør Amerika.

- Kan det være effekt av vaksiner som gjør at jeg ikke går ned i vekt?

Og i forhold til klienter, kan det være dna skade som gjør at noen ikke klarer å være i egen kropp?

For de som er interessert, er det skrevet en bok om hvordan covidvaksinen påvirket den spirituelle kontakt i mennesket av Thomas Mayer. Boken heter: Covid vaccines from a spiritual perspective. Consequences for the soul and spirit and for after life death.

Jeg har ca en meter med bøker om vaksineskade, metallforgifning og toksiner. Og innser at nå er tiden inne for å sette meg enda dypere inn i dette tema. Men først vil jeg lære meg metoden Potentiation, lære å oppgradere mitt DNA slik at det restarter.

Er du interessert i å lære denne metoden, og oppgradere ditt dna selv? Hvis du søker opp nettsiden til Sol Luckman, kan du laste ned hans bok om Potentiation gratis mot at du mottar hans nyhetsbrev.

Jeg er helt ny i dette, men har pippi genet, har aldri gjort det så jeg får det sikkert til. Jeg søker likesinnede, trenger et felleskap for å dele erfaringer, ta gjerne kontakt, så lager vi en gruppe som kan møtes jevnlig de måneder som det tar (42 uker).
Jeg nås lettest på sms 45 66 21 18.

Bøkene hans heter Conscious Healing og Potentiate your DNA.

Kunnskap som ressonerer er god medisin mot usikkerhet og frykt. Og min følelse etter å ha lest bøkene til Luckman, er det er håp for de fleste situasjoner. Selv om det ofte er strevsomt å lære det en trenger å lære, kroppslig.

Husk at du også har Pippi genet. Du har allerede brukt det mange ganger, når du har gjort utfordrende ting for første gang.

Energityver

Vi bruker ulike betegnelser på det som er utenfor oss selv, og som stjeler vår energi. Innefor terapi brukes begrep som innvikling, identifiseringer. Et felles begrep for alle former for ufrivillig energitap er korder.

En korde er en usynlig genuin linje av energi og kommunikasjon som knytter oss til mennesker, plasser og ting. Det går energi gjennom slike korder, og vi kan fylles opp eller tappes .

21. oktober har vi mini workshop på Sofiasenteret, kl 17 - 21. Da vil jeg ha et foredrag om tema: å være bærer av andres energier, som betyr å ha en korde som tapper en for energi.
Dette er et tema jeg har jobbet mye med som terapeut i form av generasjonstraumer. Her er en bærer av andres energier (problemer, sykdommer, avhengigheter, tunge følelser, selvmordstanker med mere).
Les mer om denne workshop senere i nyhetsbrevet.

I boken Energy strands (korder) skriver Denise Linn om energi vampyrer. De har følgende karakteristikk:

- søker hele tiden bekræftelse
- snakker hele tiden om seg selv, egne problemer
- de forstår ofte ikke selv at de er en energityv, de er gode mennesker
- de mangler kjærlighet i livet
- de har vanligvis få sanne venner
- de skaper drama, de setter folk opp mot hverandre
- de bruker dine ord mot deg, vrir på den betydning du selv hadde når du sa dem
- de er følsomme, krenkbare
- de trenger å ha rett, de ser ikke den andres ståsted
- de er ofte perfeksjonister
- hvis en er en hjelper/ terapeut, vil en aldri lykkes md at den andre blir tilfred, det blir aldri nok
- de som klager at de utsettes for energityver, har trolig samme frekvens, derfor tiltrekker de seg denne typen mennesker. Det er derfor alltid noe i en selv som ikke er på plass når dette skjer.

Eksempel fra eget liv:

Jeg var i en situasjon hvor jeg forstod lite av dynamikken som skjedde. Jeg kjente på ubehag og en indre uro. Sms som jeg fikk "stjal" min oppmerksomhet. Jeg undret: var det meg eller var det den andre som var på "tur". For å avklare situasjonen og komme ut av den, brukte jeg krystaller som mine hjelpere.

Slik gjorde jeg: jeg la fire krystaller i vinduet:

1. en hvor jeg la fra meg den andres energi, og beholdt min egen (= kutte en korde)
2. en for glede til oss begge
3. en for kjærlighet til oss begge og
4. en for magi til oss begge.

I det sekund jeg hadde plassert steinene og definert hvilken energi de skulle representere, fikk jeg dyp indre ro. Den energi som ikke var min slapp da taket. Jeg fikk svaret jeg trengte. Jeg var utsatt for en energityv, og det var noe i meg som jeg trengte se mer på. Magien jeg sendte til den andre, kom tilbake. Jeg forstod umiddelbart hvordan jeg selv bidro til å lage korden. Og dermed forstod jeg også hvordan jeg kan beskytte meg mot den.

Det jeg erfarte var kroppens sannhet. Når vi uttrykker det som er sannhet, faller vi til ro. Også når det er slik, som i denne situasjonen, at to personer har hver sin sannhet. Siden jeg er forankret i min kropp, trengte jeg ikke at den andre bekreftet min sannhet, min kropps reaksjoner bekreftet min sannhet. Jeg har min forankring i meg selv, i min kropp, og ikke i noe utenfor meg selv.

Lyst å lære mer om kroppens sannhet? Les mer om workshop med tema: jeg vil leve min sannhet lenger nede i nyhetsbrevet.

Til booking

Kroppens sannhet

En gammel zen fortelling går slik:

En student oppsøkte sin mester og sa: jeg søker sannhet, hvor skal jeg begynne.

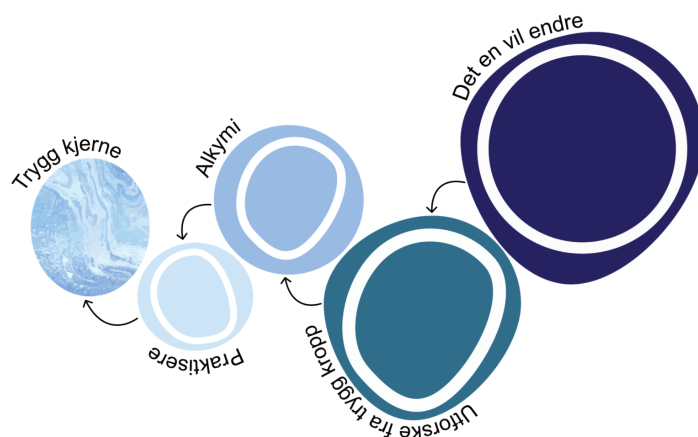
Masteren tok han med til et tjern, og sa, slipp en sten inn i vannet.

Studenten gjorde som han ble bedt om, og mesteren sa:

Sannhet er det som viser seg, når bølgene roer seg.

Vi må med andre ord finne stillhet i oss selv, for å finne sannhet. Her er en [lenke til en film om livskraften vår](#), den forklarer kroppens sannhet.

Sofiasenteret hjelper folk med å finne indre ro, slik at de kan gjenforenes med den de er, og på den måten finne tilbake til kraften sin, glede i hverdagen, og mot til å leve egne drømmer. Vi trenger alle en trygg kjerne. Og alle har denne i seg. Vi finner den når vi integrere våre egne erfaringer i kroppen. Vi må romme det kroppslig, det som allerede har skjedd. Dette er punktet mange misforstår når de skal hjelpe seg selv ut av traumer eller til større spirituell klarhet, en må kroppslig forankre egne erfaringer, slik at en ikke lenger blir overveldet, og slik at en kan forstå hva som skjer basert på kroppens reaksjoner. Da lærer en å skille sannhet og usannhet basert på kroppens reaksjoner.



Workshop: jeg vil leve min sannhet 19 - 21 september

Jeg har alltid vært opptatt av sannhet. I mitt første essay på doktorgraden var sannhet tema. Da utforsket jeg vitenskapens forståelse av sannhet. Forståelsen av at vår kropp kan vise oss sannhet, kom senere. Dette var en viktig oppdagelse. Nå trengte jeg ikke lenger søke sannhet "der ute", jeg kunne finne den i meg selv. Og jeg er ikke spesiell. Alle mennesker har denne evne i seg, en må bare åpne opp for den.

Kvantefysikken røsker litt opp i vår gamle forståelse av sannhet som er basert på dikotomien sant - usant. Kvantefysikken har fire kategorier:

1. sant
2. sant og usant
3. verken sant eller usant
4. usant.

Det er i denne verden vi skal navigere, ta valg som beskytter oss og styrker oss. Den sannhet mye av forskning viser, er en sannhet som hele tiden endrer seg. Når vi selv utvikler vår bevissthet, og får en ny forståelse, vil også vår sannhet endre seg.

Den sannhet jeg erfarer gjennom systemisk samtale og kroppens sannhet, er en form for alkymi. Noe som har vært splittet, blir helt igjen. Og det som skaper splittelser i psyken er vanligvis våre uintegreerte erfaringer. Det fine med dette er at alle som vil, kan finne frem til kroppens sannhet, og på den måten styrke seg selv.

Denne workshop passer for deg som

- vil lære mer om hvordan du kan gjenkjenne sannhet i eget kropp
- vil forstå mer av noe som plager deg, slik at du kan løse opp i rotårsken
- vil lære mer om metoden systemisk samtale, som er god både for å bearbeide traumer, og for å se hva som blokkerer for å skape det liv en ønsker å leve.

Sofiasenterets forståelse av spiritualitet er en kroppslig forankra forståelse. Når vi er i oss selv, er i kontakt med kroppen vår, og har nok indre ro, er vi i stand til å gjenkjenne og lytte til vår egen spirit (vårt høyere selv). Denne guider oss mot den læring vi skal ha i dette livet, samt at den guider oss mot indre harmoni.

Den viktigste læringen på workshop egne og andres arbeider. Når en gjentatte ganger erfarer hvordan vi som mennesker og våre relasjoner virker, får vi en sannere forståelse av oss selv.

Velkommen til

Workshop 19 - 21 september 2025, sofiasenteret.

Online workshop: 3 - 5 oktober.

Workshop med tema morssåret 31 oktober - 2 november, Sofiasenteret

Workshop med tema farssåret 5 - 7 desember, Sofiasenteret.

Booking

Mini workshop den 21 oktober kl 17 - 21

Dette er en dag hvor du kan bli kjent med Systemisk samtale som metode. Her er programmet:

1700 – 1715. Velkommen

1715 – 1745 Anette Laurenze Sunde vil presentere sin bok og sine orakelkort.

1745 – 1815 Hildur Veia, Om å bære andres energier

1815 – 1835 Pause med kaffe/te.

1835 – 1920 Kollektivt arbeid med metoden systemisk samtale

1920 – 1940 Pause med kaffe/te.

1940 – 2040 Korte arbeider (15 min) med metoden systemisk samtale i mindre grupper

2040 – 2100 Avslutning, oppsummering

Anette Laurenze Sunde kommer fra Sandnes, og driver Oracles of Norway, sammen med Gro.

Deres visjon er å skape og utgi verktøy for selvutvikling og indre vekst gjennom å produsere

orakelkort, bøker og andre produkter som støtter mennesker i å forstå seg selv og livet bedre.

Sofiasenteret selger oracles of Norway sine orakelkort, og personlig har jeg stor glede av disse kortene. Elsker dem.

Om å bære andres energier. Når vi ikke fyller vårt liv og vår kropp med oss selv, kan andre spirit komme inn og forstyrre våre liv. Slike spirits kan være mennesker som er døde, og som ikke har gått over på den andre siden. Det kan også være deler av spirits fra mennesker, og vi kan bli bærer av andres skjebner, det som kalles generasjonstraumer. Noen ganger er vi ubevisst styrt av energier som «lever sitt eget liv», det som kalles egregores. Å forløse en energi som ikke er vår egen, er ofte gjort på under 2 minutter. Metoden er enkel å lære, og ta i bruk selv.

Booking

Salg av produkter

Sofiasenteret selger følgende produkt:

Min egen bok: Å lande i seg selv - fra traume til livskraft. I denne boken har jeg samlet mine første innsikter, det ståsted som Sofiasenteret kommer fra. Kr 350.-

Bøker fra Mai Camilla Munkejord:

1. La masken falle,
2. Hold meg fast, slipp meg fri.
3. Morssåret
4. Den jeg er.

Alle bøkene koster kr 350.- Bøkene er fine fordi de vekker vår egen indre stemme.

Orakelkort fra Anette Laurenze Sunde:

1. Livets blomst kr 300
2. Lyset fra Nord kr 500.-
3. Hverdagsorakler kr 500
4. Åndelig våkenhet kr 500
5. Helbredelsesorakler kr 500
6. Sensitiv sjel kr 500.-

Orakelkort er fine for de som søker å forstå seg selv og sine relasjoner på et dypere plan. De er også fine som en oppmuntring i hverdagen. Gleder meg til å treffe Anette Laurenze. som kommer til Sofiasenteret 21 oktober.

<https://www.oraclesofnorway.com/butikk/>

Bleikmyrvegen 1, 4276, Veavågen

This email was sent to {{contact.EMAIL}}

You've received this email because you've subscribed to our newsletter.

[Unsubscribe](#)

