

SKORPIÓ ÚJHOLD

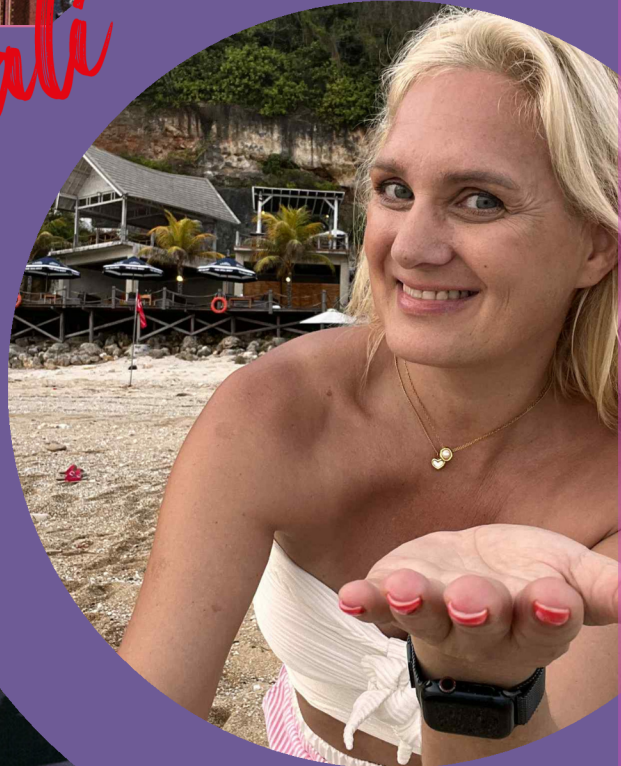
Manifesztáció
a Magasabb Éned
Aktiválásához



Skorpió Újhold Detox
a Cheap Dopamine-ból

Amikor dolgod van a
világban, nincs idő
betegnek, szegénynek
vagy szétesettnek lenni.

Bali



PLAYBOOK

PLAY-BOOK

Tartalom

Holdfázis Inspirációs Füzet

Skorpió Újhold 2025. november 20.

Detox a Cheap Dopamine-ból – Átlépés a Szíved Vágya Életútra

Tiszta lap, lézerpontos szándékok, és a valóságod már most mozdul.

Olvasási idő: 10 perc

1. **Téma:** belső átalakulás, idegrendszeri reset, tiszta dopamin, önmunka-függőség elengedése
2. **Bevezetés** – A Mélység Hívása
3. **Energiatérkép** – Hol Rezegsz Most?
4. **Fizikai stabilitás** – energetikai központosítás
5. **Teremtő tér aktiválása**
6. **Aktiváló kérdések és letöltések** – A Jelenlét Új Kódjai
7. **Jegyzetoldalak**



Szia. Orsi vagyok!

TEREMTŐ TÉR

Nem véletlen, hogy most bukkantál erre – Te már készen állsz a következő szintre.

Hogyan használd ezt a Playbookot?

Önismereti Playbook azoknak, akik készen állnak rá, hogy végre ne csak „dolgozzanak magukon”, hanem **emlékezzenek saját erejükre.**

Önállóan kitölthető játékos információs füzetke. A tudatosság eme szintje a Te szolgálatodban van.

NAGYON FONTOS! Ez nem tananyag. Nem kell megtanulnod. **Ez emlékeztető.**

Egy másik valóságból érkezett hívás, ami újra összehangol azzal, aki valójában vagy. És igen, ez a mondat – **„A Tudatosság mindent magában foglal. A jót, a rosszat, a szépet, a csúfot.”** – az egyik legnagyobb szabadság kulcsa, amit valaha a kezébe vehetsz.



 **200+**
Tanfolyam

 **1400+**
Résztevő

 **1800+**
Konzultáció

 **6** TECHNIKA
Ausztrália - Mexikó



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

● 1. fejezet – A Csendbe Érkezés

A Skorpió Újhold nem kérdez – csak lekapcsol.

Amikor túlstimulált az idegrendszered, a lelked már nem hallod. Ez a fejezet a visszatérésről szól.

Ez játék a tudatoddal, a Földdel, a Hold fényével és a saját teremtő energiáddal.

★ 10 Letöltés

Tudom, milyen érzés, amikor **a fejlődés nem menekülés, hanem visszatérés önmagamhoz.**

1. Tudom, hogyan érzem magam **biztonságban a csendben**, anélkül, hogy keresnem kellene az ingert.
2. Tudom, milyen érzés **megengedni, hogy most is teljes legyek, anélkül hogy javítanom kéne magamon.**
3. Tudom, hogyan élem meg a **transzformációt kényszer nélkül, tiszta örömből.**
4. Tudom, milyen érzés **elengedni a kontrollt, és megbízni az Élet ritmusában.**
5. Tudom, hogyan érzem magam **jelenlévőnek anélkül, hogy folyamatosan elemezném magam.**
6. Tudom, milyen érzés, amikor **a testem és a tudatom együtt lélegzik a Forrással.**
7. Tudom, hogyan tapasztalom meg, hogy **a béke is haladás, és a nyugalom is teremtő energia.**
8. Tudom, milyen érzés **örömben növekedni – nem azért, mert hiányzik valami, hanem mert túlcsordul bennem az élet.**
9. Tudom, hogyan érzem magam **összhangban a szívem vágyával, miközben a létezésem önmagában kielégítő.**
10. Tudom, milyen érzés úgy jelen lenni az életemben, hogy **a csend, a testem és a szívem** ugyanazt a tiszta teremtő ritmust követi.



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

Reflektív kérdések 🖋️🖋️🖋️

- Mikor érezted utoljára, hogy teljesen csendben vagy belül?

- Milyen helyzetekben keresel mesterséges stimulációt (scroll, kávé, vásárlás, „még egy kurzus”)?

- Hol próbálsz „életben maradni” ahelyett, hogy valóban élnél?

Tudatosítás:

Írd le, mi az, ami mostanra már nem tölt, hanem csak fáraszt.
(Ezek lesznek a cheap dopamine mintáid.)



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

⚡ 2. fejezet – Cheap Dopamine vs. Clean Dopamine

A cheap dopamine az az instant öröm, amit kívülről szerzel.

A clean dopamine az a mély öröm, amit belülről teremtesz.

Cheap Dopamine: rövid, hangos, kifelé irányuló öröm – utána üresség.

.....

.....

.....

.....

Clean Dopamine: csendes, tartós, belső elégedettség.

.....

.....

.....

.....

Felismerés:

- Mi az a tevékenység, amiben megnyugszik az idegrendszered, mégis élsz tőle?

.....

.....

.....

.....

- Mikor érzed, hogy nem kell bizonyítanod, csak jelen vagy?

.....

.....

.....

.....



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

★ 3. fejezet – Az önmunka-függőség felismerése

A fejlődés is lehet dopaminforrás.

A „még egy kurzus”, „még egy oldás”, „még egy felismerés” érzése addiktívvá válhat.

Kérdések:

- Hányszor dolgoztál már magadon, miközben valójában el akartad kerülni az életet?

.....

.....

.....

.....

- Mikor hitted el, hogy ha nem fejlődsz, akkor nem vagy elég?

.....

.....

.....

.....

- Mi történne, ha ma nem dolgoznál magadon – csak tudatosan élnél?

.....

.....

.....

.....



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

4. fejezet – A Skorpió árnyéka és ereje

A Skorpió az önmegsemmisítésből születő újjászületés archetípusa.
Az önmunka-függőség is csak az árnyék egy formája – a kontroll illúziója.

Árnyék-minőség:

kontroll, függőség, dráma, túlélés, spirituális bizonyítás

.....
.....
.....

Magasabb minőség:

alkímia, átlényegítés, szuverenitás, belső béke

.....
.....
.....

- Hol vagy még reaktív, nem pedig Tudatos Teremtő?

.....
.....
.....

- Mit próbálsz uralni, amit valójában el kellene engedni?

.....
.....
.....

- Melyik érzésedet félted annyira, hogy inkább elnyomod?

.....
.....
.....



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

5. fejezet – A tiszta fejlődés minősége

A valódi önmunka nem fájdalomra, hanem tágulásra épül.

Nem a „javítsd meg magad” energiája, hanem a „szeresd, ami már van” tudatossága.

Kérdések:

- Mit jelent számodra a fejlődés, ha kivesszük belőle a kényszert?

.....

.....

.....

- Hogyan néz ki a tudatosság, ha örömből gyakorlod?

.....

.....

.....

- Mi lenne, ha a fejlődésed mellékhatása lenne annak, hogy boldogan élsz?

.....

.....

.....





TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

6. fejezet – Theta Letöltések integrálása

Olvasd el, vagy mondd ki hangosan, és engedd, hogy a tested befogadja:

Tudom, milyen érzés, hogy elég vagyok úgy, ahogy most vagyok.
Tudom, hogyan engedem el mindazt, ami stimulál, de nem táplál.
Tudom, hogyan növekedhetek szeretetből, nem hiányból.
Tudom, milyen érzés, amikor az önismeretem nem fájdalom, hanem öröm.
Tudom, hogyan élem meg a mélységet biztonságban, félelem nélkül.
Tudom, hogyan árad belőlem a tiszta dopamin – az élet öröme.

✎ Írd le, milyen új mintát választasz most helyette:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

7. fejezet – Az Újjászületés Szertartása

Ez az este a tiszta dopaminról, a szív vágyának dopaminjáról szól.

A pillanatról, amikor többé nem dolgozol magadon, hanem megéled, amit eddig kerestél.

Rituálé:

- Gyűjts gyertyát vagy füstölőt.
- Írj le három dolgot, amit most elengedsz.

- Írj le három új mintát, amit behívsz.

- Mondd ki:

„Köszönöm, hogy a régi energia most visszatér a Forrásba,
és a helyét tiszta teremtő erő tölti ki.”

Mantra:

„Nem kell mindig mélyre mennem, hogy magasan rezegjek.
A béke is haladás.
A szívem vágyának frekvenciáján élek.”



TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

10 Extra Letöltés – Áldozatból kia Teremtő Energiába be!

10 Theta letöltés ezt a frekvenciaváltást segíti — a tehetetlenség, kicsiség, kontrollvesztés érzéséből a szuverén, Forráshoz kapcsolt teremtő tudatosságba emel.

Mély energetikai szintet támogat, különösen akkor, ha az önmunka-függőség mögött rejtett áldozati minták működnek.

1. Tudom, milyen érzés kilépni az áldozatszerepből anélkül, hogy bárkit hibáztatnék.
2. Tudom, hogyan érzem magam biztonságban a saját erőmben, még akkor is, ha mások nem értenek egyet velem.
3. Tudom, milyen érzés, amikor nem a múlt, hanem a választásaim formálják a jövőmet.
4. Tudom, hogyan élem meg, hogy minden, ami velem történik, értem történik.
5. Tudom, milyen érzés, amikor a fájdalom helyett a lehetőséget látom minden helyzetben.
6. Tudom, hogyan élem meg, hogy nem kell harcolnom a valóságomért, mert én teremtem azt.
7. Tudom, milyen érzés, amikor a felelősség nem teher, hanem szabadság.
8. Tudom, hogyan érzem magam értékesnek és hatalmasnak anélkül, hogy bizonyítanom kellene.
9. Tudom, milyen érzés a Teremtő energiájából dönteni, nem a félelem frekvenciájáról.
10. Tudom, hogyan élem meg, hogy az életem a szívem frekvenciáján bontakozik ki, nem a körülményeim diktálják.





TISZTA LAP, LÉZERPONTOS SZÁNDÉKOK

Ezek az oldalak azért nyílnak meg előtted, hogy felismerd: a tudatosság nem erőfeszítés, hanem visszatérés a saját erődhöz. A Skorpió Újhold most a mélységhez hív — ahhoz a ponthoz, ahol már nem lehet tovább kerülgetni azt, ami valójában lezárult benned.

Ez az Újhold nem elengedésről szól, hanem újraírásról.

Arról, hogy kilépsz a túlélés frekvenciájából, és megnyitod a teret annak a valóságnak, amit valóban választasz.

Ez a Playbook nem egyszerű gyakorlat.

Kapunyitás.

A belső alkimista megérkezése.

Meghívás, hogy visszatérj a szíved útjára, és lehorgonyozd magad a tiszta, teremtő jelenlétbe.

Amikor belépsz ebbe a térbe, megszűnik a küzdelem és a megfelelés.

Nincs több „dolgozom magamon” energia — csak tiszta fókusz, tiszta erő, tiszta ritmus.

Innen kezdve a frekvencia emel Téged.

Most is, ebben a pillanatban,

Te vagy a Teremtő.





NEM SZÁMÍT, HOGY,...

most csendben vagy, vagy épp zajos körökben pörögsz. A Teremtő Tér nem a külső körülményeidre reagál, hanem arra, hogy belül hajlandó vagy-e megjelenni végre. Igazán. Teljesen. Maszk nélkül.

EZ EGY OLYAN TÉR,...

ahol nem oldunk, nem kutatunk, nem csinálunk több önmunkát csak azért, hogy dolgozzunk magunkon, mert már tudjuk, hogy az igazi váltás nem munkából születik, hanem tisztaságból. Ha már elegend van a végtelen feldolgozásból, a múltban ragadt elemzésekből, az állandó „még egy blokk, és majd” körökből, akkor már érzed, mire nyílik ez a tér.



hello@teremtoter.hu
www.teremtoter.hu



TEREMTŐ TÉR

Ha tudod, hogy már nem akarsz tovább halogatni, ha érzed, hogy kész vagy elengedni a nehéz működést, és belépni abba a minőségbe, ahol nem a problémát kezeled, hanem a jelenléteddel teremtész, akkor ez neked szól. 😊 Kapcsolódj. Készülj. Várunk szeretettel!



Orsi