

Ритуал Вуду



Написать по пунктам все свои чувства и эмоции по поводу зависимости и зависимого. Не надо сидеть и выдавливать из себя эти пункты. Носите с собой блокнот, как что-то вспомнили, записали. Все пункты начинать со слова я.

Например: я боюсь что муж допьется до белой горячки. Я обижена на своего сына который обзывает меня по-пьяни.....

Особое внимание в этом ритуале уделите именно написанию. Прочитайте написанное еще раз, посмотрите может быть вы не добавили какую-то печаль, какой-то свой страх или обиду. Ритуал не может не получиться. Если вы считаете что ритуал не получился, значит вы всё не выписали и какой-то червячок ещё вас грызёт.

После этого берете 3 стеклянных стакана, наливаете в каждый на два пальца воды. Ставите стаканы на написанный лист треугольником, включаете африканскую мелодию, берете ложку, вилку, ручку, в общем что-нибудь чем можно было бы постучать по стаканам. И старайтесь войти в ритм этой мелодии. Так же как вы к примеру притопывая эти ногой когда слышите понравившуюся песню. Когда вы почувствовали что вошли в ритм, продолжайте выстукивать мелодию на стаканах и говорите: Бонди! Успокой ситуацию! Говорите столько раз сколько вы считаете нужным.

После окончания мелодии выливайте воду из стаканов(стаканами можно будет пользоваться),сжигаете бумагу. Ритуал делать каждый день. И каждый день У вас будет меняться написанное, т.к. будут сниматься слои ваших обид, обвинений.

Откуп через 21 день. Бонди зажигаете белую свечку и ставите стаканчик молочка в любую часть дома. Утром это молоко можно Вылить в какую-то емкость для бродячих или своих животных.