

SOULKEY

– en unik, magisk
& healende sjælsrejse



HVAD ER SOULKEY?

SoulKey er en unik, magisk og healende sjælsrejse, der styrker din sjælskontakt, healer dine udfordringer og hjælper dig fremad på din udviklingsvej. Det er en avanceret form for **regressionsterapi** og en dybdegående teknik til **forløsning af traumer og indhentning af ressourcer** via regression til tidligere liv og livet-mellem-livene. Og det er en glimrende metode til at finde svar på eksistentielle spørgsmål om 'Hvem er jeg? Hvorfor er jeg til? Hvad er det jeg kan, skal og vil? Og dermed en måde til at opnå **mere mening og passion i livet**.

SoulKey er en **transformerende, grundig og gennemtestet terapiform**, der anvendes af certificerede SoulKey terapeuter verden over. Det er en **hypnoterapeutisk** metode, der er udviklet i 2002 af Martin Castor (Master i hypnoterapi og indehaver af The Hypno Academy; (<https://thehypnoacademy.dk/>) med stor inspiration fra Dr. Michael Newtons teorier og erfaringer (1931-2016; Ph.D. i psykologi, Master i hypnoterapi og forfatter til bøger som "Sjælerejser", "Sjæleskæbner" og "Livet mellem livene" (<https://www.newtoninstitute.org/>)).

SoulKey-terapi kaldes også **Sjælsbevidstheds-terapi**, fordi hovedformålet er at bringe din sjælsvisdom til din opvakte bevidsthed. Vi bruger den nøgle, der ligger i din **sjælsvisdom** til at låse op for **det, der udfordrer eller undrer dig i livet**. Sigtet er at bringe **dyb forløsning og større indsigt** i konkrete problematikker som fx selvværd, relationsproblematikker, helbredsudfordringer, karrierevalg etc. Og målet er ligeledes at belyse eksistentielle spørgsmål, så der åbnes for en **større bevidsthed om hvem du dybest er**.

En SoulKey session **går dybt**. Du kan forløses for det, der ikke længere tjener dig. Du kan få nye indsigter om dig selv, dit liv og dit livsvirke. Du kommer tættere på din sjæl og kan hente ressourcer hjem fra sjælens skattekammer. Det hjælpes alt sammen energetisk på vej af den **healing og energimæssige støtte**, du modtager under hele sessionen. I SoulKey arbejder vi med dig som et integreret hele af krop, sind, sjæl og ånd. Det fysiske (kroppen), det psykiske (det mentale og emotionelle sind) og det spirituelle (sjælen og ånden) er alle i spil – for det højeste og det bedste for dig, dit liv og din udviklingsvej.

HVORFOR VÆLGE SOULKEY?

En SoulKey session giver dybdegående og ofte **overraskende resultater** og unikke erkendelser. SoulKey er for mange en livsforandrende oplevelse. Sessionen kan berige dig med et bredere perspektiv på dit liv, en fornyet selvindsigt, større klarhed, indre ro, mere energi og øget livsglæde. SoulKey er en form for **fysisk, psykisk og spirituel opgradering**, der bidrager til, at du kan se dit liv i et andet lys og giver dig følelsen af, at du har åbnet en ny dør til personlig vækst.

SoulKey er en **multiterapiform**, der integrerer krop-sind-sjæl-ånd og har mange indgangsvinkler til behandling af flere forskellige fysiske, psykiske og spirituelle aspekter. Det er således et rigt mål af problematikker, du kan afhjælpes med. Ofte vil en SoulKey være for dig, der har nogle dybe sjælelige spørgsmål eller tumler med problemer, der går længere tilbage end dette ene liv.

Det spænder vidt - de **intentioner** som SoulKey rejsende har; blandt andet at forstå sig selv bedre, at øge sit selvværd, at acceptere et livsvilkår, at slippe hæmmende overbevisninger, at finde sin rette hylde, at skabe en bedre relation til familiemedlemmer, at komme tættere på den åndelige verden og udfolde sin spiritualitet. Og meget meget mere.

Her er nogle helt **konkrete eksempler** på spørgsmål som SoulKey rejsende hos mig har ønsket svar på, indsigt i og støtte til:

- Hvorfra stammer mit mønster med altid at føle mig udenfor?
- Hvorfor forventer jeg så meget af andre – med skuffelse til følge?
- Hvad er der med mig og kærligheden? Hvad begrænser mig i mødet med min soulmate?
- Hvad skal der til for, at jeg får mere energi og livsglæde?
- Hvorfor bliver jeg ved med at have en følelse af ikke at være faglig dygtig nok på trods af positiv feedback?
- Hvorfor giver jeg ofte op på forhånd?
- Hvorfor har jeg disse smerter i nakke og lænd? Hvad bruger jeg smerterne til?
- Hvordan bliver jeg bedre til at blive hjemme i mig selv, og ikke 'går over i andre'?
- Hvad skyldes mit mindreværd og følelsen af at være 'dum og grim'?
- Hvad er mit kald i livet?
- Hvilke job og karrierevej passer til mig?
- Hvordan arbejder jeg videre med min spiritualitet og får åbnet mere for den?
- Hvorfor er jeg så kritisk overfor mig selv og andre?
- Hvorfor føler jeg, at jeg sidder fast jobmæssigt og økonomisk?
- Hvilken vej bør jeg gå – er jeg på rette vej?

- Hvad er det med mig og penge og succes?
- Hvad skyldes mit mønster med at bliver utålmodig med mine medmennesker?
- Hvorfor er jeg bange for mørke?
- Hvorfor kan jeg ikke sætte grænser og sige fra?
- Hvordan genvinder jeg min kraft?

Ovenstående er blot nogle eksempler. Enhver SoulKey session er unik. Den er speci-
aldesignet til dig og tager **udgangspunkt i dine aktuelle udfordringer og ønsker** for
dit liv nu og fremover.

Alt afhængig af dit mål med sessionen er **effekterne** af en SoulKey flersidige - såle-
des kan sessionen bidrage med, at du kan:

- få dybere indsigt i din livsopgave og afklaring af dit sjælsformål
- få konkrete svar, rådgivning og indsigt i din livssituation
- forløses og frigøres for traumer og karmiske byrder
- heales og aflastes for psyko-somatiske fysiske symptomer
- slippe hæmmende overbevisninger, blokeringer og tyngende følelser
- ændre gamle mønstre og erstatte dem med nye, som er positive og konstruktive
- mægle uoverensstemmelser mellem dig og andre på et sjæleligt niveau
- se, hvad du indeholder af potentialer, som du endnu ikke har brugt i dit liv
- downloade viden og kompetencer og derved udvide dine evner
- lettes for dødsangst ved at opleve, at du er en sjæl med evigt liv
- få en konkret mærkning af din forbundethed til din sjæl, til andre sjæle, til den
åndelige dimension og til jorden du lige nu lever på
- modtage andet og mere som vi end ikke er bevidste om sker.

Mulighederne er mange i SoulKey. De konkrete effekter er naturligvis individuelle og
afhænger af dine intentioner og behov. **Vær vis på, at du får præcis det med dig fra
sessionen som det er meningen, du skal have og som du er klar til.**

Før du vælger en SoulKey skal du vide at:

- SoulKey er en spirituelt funderet terapiform, så det anbefales, at du er **åben
overfor den åndelige verden** og nysgerrig på din spiritualitet – omend SoulKey er
for alle, uanset religiøs baggrund og **vil virke uanset tro og overbevisning.**
- SoulKey er en hypnoterapeutisk terapiform, så du skal være indstillet på, at du
guides ind i en afslappende, meditativ, men fuld bevidst tilstand. Du behøver ikke
at have været i **hypnose** før - blot du er åbent indstillet overfor denne metode.
Erfaringer med meditation og afspænding er en fordel, så du bedre evner at
slippe tankekontrollen.

- SoulKey er en dybdegående terapiform, så det er en fordel, hvis du har prøvet at være i **terapi før** (fx psykoterapi) og/eller kender til det at arbejde med dig selv og din personlige udvikling. SoulKey kan fint suppleres med almindelig terapi – og kan f.eks. anvendes som afslutning på et terapiforløb, hvor du har været i dybden med forskellige problemstillinger, og ønsker at få nogle afsluttende svar og støttende healinger.
- SoulKey er ikke som en clairvoyance eller klarsynssession, hvor du mere eller mindre passivt modtager ord, mærkninger og anbefalinger fra behandlerens side. I en SoulKey session er det **dig, der er aktiv**. Du får dine egne konkrete og spirituelle oplevelser. Og det er dig selv, der får erkendelserne, hvilket kan gøre det lettere at handle på dem.

HVORDAN FOREGÅR SOULKEY?

En SoulKey session varer **tre timer**. Den hypnotiske trancetilstand gør, at tiden opleves anderledes end vanligt. Du kan opleve det som svævende afsted i en tidløs dimension – let og fri, løsrevet fra tid og rum. Efter de tre timer er de flestes reaktion: ”Hold da op, er der allerede gået så lang tid – sådan føltes det slet ikke!”

Du vil under hele sessionen være ved fuld bevidsthed, og bagefter vil du kunne huske oplevelsen ligesom almindelige minder du har. Det er som regel en **smuk, rørende, forløsende, healende og oplysende oplevelse**.

For at give dig et indblik i forløbet beskrives her, hvad der sker før selve sessionen, under sessionen og efter dens afslutning.

FØR SESSIONEN

Inden sessionen sender jeg dig et **intentionsskema** som du udfylder og returnerer senest dagen før vores rejse. I skemaet præciserer du hvilke udfordringer, du ønsker hjælp til og hvilke intentioner du har med sessionen. Udover at give os et formål med rejsen er disse refleksioner et godt forarbejde for sessionen, der allerede før vi begynder sætter ting i gang i dig.

UNDER SESSIONEN

1. Formålspræcision

Sessionen indledes med en intro til rejsen og vi præciserer dine intentioner og formulerer positive affirmationer (ønskede livstilstande). SoulKey er en positiv-ressourcebaseret tilgang, hvor vi ikke dvæler ved dine udfordringer, men fokuserer på din ønskede tilstand; på hvordan du gerne vil have det i stedet for din nuværende situation.

Med den opbyggelige energi tager vi ud på rejsen, og henter støtte og forløsning til realisering af det ønskede.

2. Hypnoseinduktion

Du guides trygt ind i en **behagelig og afslappende** tilstand, hvor der åbnes til dine indre sanser og der skabes adgang til visdommen i din underbevidsthed og dine sjæls-erindringer. Sessionen igennem holdes du trygt i denne hypnotiske trancetilstand, der muliggør at dit dagsbevidste sind træder lidt til side, så dit underbevidste sind og dit overbevidste sind (sjæls- og åndsbevidstheden) bedre kan få plads til at bringe dig de indsigter, du har brug for og gavn af.

Ved hypnose sker der biologisk det, at hjernebølgerne eller svingningerne ændres fra den dagsbevidste Beta-frekvens (dvs. 13-25 Hz, normal vågen bevidsthed) til **Alpha-frekvens** (13-25 Hz, som ved afslapning og let meditation) og **Theta-frekvens** (4-7 Hz som ved dyb meditation og let søvn). Jeg sørger for, at du under hele sessionen forbliver i denne Alpha-Theta-tilstand, så du vedvarende har adgang til dit under- og overbevidste sind.

Gevinsten ved trancetilgangen er ikke mindst, at det er muligt at **hente fortrængte oplevelser** frem, som er lagret i underbevidstheden – så du ikke længere skal bruge ubevidst psykisk energi på at fortrænge dem, hvilket ofte resulterer i et symptom af en eller anden art. Gennem hypnosen bevidstgøres du om problematikken og får støtte til dens healing og forløsning. Du skal vide, at det foregår i en rolig og afslappet atmosfære, og du vil kun gøres bevidst om det, du er klar til at bearbejde. Og alt hvad du kommer i kontakt med, forløses inden sessionen afsluttes.

En anden gevinst ved trancetilstanden er, at den giver dig adgang til din **intuition og kreativitet**. Så derved er det ikke kun muligt at blive bevidst om det negative fortrængte – du får også en **friere adgang til dine positive ressourcer**; til dit skabende potentiale, der ligger gemt i dig.

Bemærk: Du vil under hypnosen vil være fuldt bevidst hele tiden. Ja, faktisk mere bevidst end ellers. Du vil være **hyperbevidst** – for udover at være en afslappet tilstand er trancetilstanden også en ekspanderende eller bevidsthedsudvidende tilstand, der skærper din opmærksomhed, så du er i stand til at mærke og fornemme, beslutte og handle meget mere end du normalt er. Og du vil også under sessionen opleve, at du kan være flere steder på én gang og kommunikere på flere niveauer på samme tid. Du vil kunne samtale med mig samtidig med, at du f.eks. er på besøg i et tidligere liv, som du oplever at være fuldt bevidst til stede i.

Hypnose er en naturlig tilstand af kombineret afslapning og koncentration, som **alle har mulighed for at opnå**. Hvordan indtrykkene opleves varierer og afhænger af hvordan du typisk opfatter ting med dine sanser; er du visuel ser du måske farver og

billeder, er du kinæstetisk føler og mærker du det du oplever - og er du mere en, der hører ting (audioorienteret) vil du måske få ord og budskaber. Eller alt sammen i de rette doseringer. Det er meget individuelt, hvordan det opleves. Vigtigt er, at du er åben og bare tager imod hvad end der kommer. **Hav tillid** til at det har betydning og mening for dig.

3. Sjælsrejse

Når du er guidet ind i en på én gang afslappet og fokuseret tilstand, begynder vi rejsen. Og her kan vi besøge flere planer:

- **Sjælens rum** (også kaldet Pejsesalen i SoulKey-konceptet), der er vores base; en åndelig platform med uendelige muligheder. Her kan du få et større sjælskendskab ved at læse i 'Livets bog' og se i 'Sjælens spejl'. Du kan møde dine åndelige guider, engle, afdøde kære eller nulevende personers sjæle – I kan have samtaler og energiuvekslinger og du har mulighed for råd og vejledning. I Sjælens rum vil du ligeledes modtage dyb healing i 'Healingsportalen'. Og der vil typisk på dette din sjæls velkendte hellested dukke andre ting op – altid for dit højeste bedste.
- **Tidligere liv**, hvor du indser dit liv som en kæde af liv og oplever hvordan minder fra tidligere liv forankret i en anden tid og krop, har formet din sjæl igennem inkarnationer og påvirket dit aktuelle liv. Som observatør besøger du et eller flere liv, du har levet før med mening og betydning for dit nuværende liv. Ved at genbesøge tidligere liv opnår du viden om din sjæls kompetencer, erfaringer og relationer – samt høster og hjemtager glemte sjælsressourcer og kvaliteter. Du får forløst det, der fortsat tyngder dig, du slipper traumatiske oplevelser og ser den røde tråd gennem hele din udvikling, så du kan tage erfaring og læring med dig videre i dit nuværende liv.
- **Livet-mellem-livene**, dvs. der hvor vi som sjæle opholder os, når vi er mellem inkarnationer – her kan du få dybere forståelse for din sjæl og blive klogere på, hvad dine sjælsspecialiteter og kernekompetencer er, og hvad du er kommet her på jorden for at lære i dette liv. Du kan besøge 'Livsudvælgelsesrummet' og få indsigt i hvorfor du valgte netop dette liv og de livsomstændigheder du lever med her og nu – samt hvilke hvilket livsformål du har og hvilke muligheder, der er i det nuværende liv. Du kan tage en tur på 'Biblioteket' og hente information om dit liv og din sjæl og downloade viden og evner. Du kan møde din 'Sjælegruppe'; dvs. de sjæle, du har en tæt forbindelse til og som du følges med på tværs af mange liv; I kender hinanden ud og ind – I kan godt være forskellige, men I er som ligeværdige klassekammerater med et fælles formål, som du her får dybere indsigt i. På dette åndelige plan 'livet-mellem-livene' har du desuden mulighed for at tale med 'Det Vise råd', nogle ældre vise sjæle, som giver dig råd og vejledning om din sjælsvej.

Alt kan ske i en SoulKey session. Hverken du eller jeg ved, hvor vi skal hen. Rejsen er styret af din sjæl og dine åndelige guider, der bestemmer, hvor det giver mest mening for dig, at vi kommer hen. Og de styrer processen på kompetent vis, så du kun oplever de ting, du er parat til.

4. Afsked med sjælsrum

Vores rejse afrundes ved, at du står i dit sjælsrum og absorberer alle oplevelserne og tager afsked med rejsen og rummet for nu – alt imens jeg opsummerer det du har oplevet undervejs. Herefter vender vi stille og rolig tilbage til normal, vågen bevidsthed og din SoulKey session afsluttes.

EFTER SESSIONEN

Efter endt session anbefales du så vidt muligt at tage den med ro resten af dagen så indsigterne og healingerne gives de bedste betingelser for at lande i dig.

Du får lydoptagelse og udførlige noter med fra sessionen, som du efterfølgende kan fordybe dig i.

Det anbefales, at du oprigtig er villig til at arbejde med dig selv bagefter, da du sagtens kan opleve, at sessionen sætter skub i din personlige og åndelige udvikling.

Vær opmærksom på, at ingen terapiform, ej heller SoulKey, er det ultimative mirakelmiddel – så den indsigt, healing og vejledning du får i SoulKey kræver et fortsat personligt udviklingsarbejde og en vis portion spirituel hygiejne; dvs. fortløbende aktiviteter til opretholdelse af en sund livsbalance og et godt liv.

MASTER SOULKEY – ET SKRIDT VIDERE

Når du har fået en SoulKey session, har du mulighed for at få en Master SoulKey session. Master SoulKey er for dig, der har fået noget ud af SoulKey, men føler, at der er mere at komme efter. Det er for dig, der gerne vil have endnu mere sjælskontakt og endnu større spirituelle oplevelser og dybere forståelse af dig selv.

I en Master SoulKey session kommer du op i på et højere frekvensniveau, dvs. et større abstraktionsniveau og ud i de helt store perspektiver. I Master SoulKey sessioner kan du eksempelvis opleve at:

- Forbinde dig dybere med dit sjælslys.
- Få en større forståelse for din sjæls og dit livs formål.
- Modtage healing på højt plan.
- Møde dig selv som du var i et eller flere tidligere liv og downloade erfaring herfra.
- Få indsigt i din sjæls oprindelse og liv indtil nu.

- Modtage vejledning fra det guddommelige og fra åndelige vejledere og hjælpere.
- Få indsigt dit Akasha-arkiv; dine karmiske optegnelser og sjælskontrakter – med mulighed for at ændre i kontrakterne.
- Besøg i og fra andre dimensioner og civilisationer.
- Besøg af eller hos andre væsner og entiteter.

Ligesom i en SoulKey session kan alt ske. Dine oplevelser, dine indsigter og healinger vil alle være ledt af din sjæl og dine åndelige guider i forhold til dit aktuelle behov og med henblik på at skabe det højeste og det bedste for dig i dit liv netop nu.

Hvilke forudsætninger har jeg for at hjælpe dig?

Jeg er certificeret **SoulKey terapeut** hos Julie Mariel (<https://juliemariel.dk/soul-key-hypnose/>) – samt certificeret **SoulKey Master** hos Martin Castor (<https://thehypnoacademy.dk/>).

Herforuden er min uddannelse som **Integrativ Coach & Terapeut** en støtte under sessionen, da jeg kan supplere med psykoterapeutiske værktøjer, fx 'healing af indre sårede barn' og chok-traumeforløsnings teknikker, og er trænet i at stille coachende spørgsmål, der kan bringe dig videre på rejsen.

Yderligere er jeg **uddannet healer** og mit personlige og sjælsbårne healings-repertoire kan derfor understøtte og supplere SoulKeys healingsfelt.

Mine **klarsyns- og kanaliseringsevner** kan ligeledes supplere dig på rejsen – fx ved at bringe dig kanaliserede budskaber undervejs. Dette er ikke en officiel del af SoulKey-konceptet og skal ses som et supplement – for det vigtige er, at det er dig selv, der har oplevelserne; at du selv hører budskaberne og ser, mærker og føler de ting, der sker. Det er DIN indre rejse.

Hvis du er interesseret i decideret klarsyn, så tilbyder jeg (fjern)healing med klarsyn og/eller skriftlige KlarsynsPoesier, som du er meget velkommen til at bestille. Andre har brugt SoulKey sammen med de øvrige ydelser – og det fungerer godt i kombination.

HJERTELIG VELKOMMEN.

Jeg glæder mig til at være din rejseguide.

Bedste hilsner

Betina

