



Drömmarna ger oss svar!

Innan du somnar så kan du tänka på hur dagen har varit. Ordna så att du har papper och penna vid sängen. Du kan antingen ställa en specifik fråga som du vill veta, eller en allmän som till exempel "Vad behöver jag just nu?" Ställ dig frågan flera gånger, så att den verkligen känns i ditt inre, och så att du verkligen bestämmer dig för att få svaret under drömtiden.

Det första du vet när du vaknar på morgonen är svaret på din fråga – kom ihåg att skriva ned det direkt som du vaknar! Skriv ned allt du kommer ihåg från dina drömmar.

Vaknar du till mitt i natten så skriv ned direkt då också, för annars är risken stor att du glömmar trots att du inte tror det.

Kom ihåg att ju oftare och tydligare du gör detta, ju tydligare svar får du i drömmarna!

Copyright Eleonor Magnusson 2016  
Eternia School of Light

[www.eleonormagnusson.com](http://www.eleonormagnusson.com)  
[www.eternia.se](http://www.eternia.se).