



**THINK**  
THETAHEALING  
INSTITUTE OF KNOWLEDGE

ThetaHealing®

# YOU AND YOUR INNER CIRCLE

GROWING YOUR RELATIONSHIPS 3

AN OFFICIAL

**THETAHEALING**  
MANUAL

 ThetaHealing®  
[www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com)



**THINK**<sup>®</sup>  
THETAHEALING  
INSTITUTE OF KNOWLEDGE

**THETAHEALING INSTITUTE OF KNOWLEDGE<sup>®</sup>**

**BIGFORK, MT**

**OFFICE: (406) 206 3232**

**E-MAIL: [INFO@THETAHEALING.COM](mailto:INFO@THETAHEALING.COM)**

**WEB: [WWW.THETAHEALING.COM](http://WWW.THETAHEALING.COM)**

**PRESENTS**

**THE THETAHEALING<sup>®</sup> YOU AND YOUR INNER CIRCLE -**

COMPILED BY ROLLING THUNDER PUBLICATIONS FOR

THE THETAHEALING INSTITUTE OF KNOWLEDGE<sup>®</sup>

COPYRIGHT © 2018

This manual is derived from the seminars of Vianna Stibal, founder of ThetaHealing<sup>®</sup>.

Text Copyright<sup>®</sup> owned by Vianna Stibal, respectively. All rights reserved.

No part of this publication may be stored transiently or permanently on any medium. It is prohibited to transfer, transmit, reproduce, photocopy, publish or otherwise exploit, modify, create derivative works from, or combine with other material, the contents of this book without the expressed permission of the copyright holders and the publisher. This is an official book of the ThetaHealing<sup>®</sup> Institute of Knowledge. This book is protected internationally by the "Berne Convention for the Protection of Literary and Artistic Works," and the Universal Copyright Convention (UCC).

The trademark ThetaHealing<sup>®</sup> is owned by Vianna Stibal, founder of ThetaHealing<sup>®</sup> and ThetaHealing<sup>®</sup> Institute of Knowledge.

THE CONTENTS HEREIN ARE MEANT AS AN EDUCATIONAL GUIDE FOR THETAHEALING<sup>®</sup>  
PRACTITIONERS.

THIS MANUAL IS NOT FOR OPEN PUBLICATION OR SALE.

THE REMEDIES, APPROACHES, AND TECHNIQUES DESCRIBED ARE NOT MEANT TO  
SUPPLEMENT, OR BE A SUBSTITUTE FOR, PROFESSIONAL MEDICAL CARE OR TREATMENT. YOU  
SHOULD NOT TREAT A SERIOUS MEDICAL AILMENT WITHOUT PRIOR CONSULTATION FROM A  
QUALIFIED HEALTHCARE PROFESSIONAL.

I de tidligere timene i "Growing your Relationships" lærte vi at en elev bør utvikle et godt forhold til Skaperen, med seg selv, og de burde være fullstendig forelsket i noen som gir dem næring. I dette seminaret vil vi lære hvordan du kan bli mer vellykket ved å omgi deg selv med de mest positive påvirkningene.

### DE TRE SIRKLENE

Det er tre sirkler som betegner menneskene i livet ditt: De indre, midtre og ytre sirkler av relasjoner.

### DEN YTRE SIRKELEN

Du kan kalle relasjonene i denne kretsen er folk er bekjente. De er mennesker som ikke er nær oss. Vi har tidvis interaksjon med dem.

### MIDTERSIRKELEN

Personene i denne sirkelen av relasjoner er mennesker som vi samhandler oftere med, for eksempel kolleger og venner

### DEN INDRE SIRKEL

Menneskene i din indre krets er veldig viktige. Dette er mennesker som har fått tillit. Hvem er i vår indre sirkel? Den indre sirkelen kan være liten, men den må ha de rette menneskene for at noen skal lykkes. Den indre sirkelen skal være mennesker som kan stoles på. Denne klassen er verdig til å revurdere disse tre sirklene på alle måter.

**Hvem er i din indre sirkel? Hvor er de forskjellige menneskene i livet ditt? Hvem kan du stole på og hvilken krets skal de være i?**

1. Skaperen
2. Selv
3. Elskere/Ektefelle/Partnere/Barn
4. Venner/søsken/foreldre du stoler på
5. Studenter/klienter
6. Bekjente
7. Fellesskap
8. Verden

**Diskusjon:** Kan kjæledyr være i din indre krets?

Hvordan vet vi hvem som bør være i vår indre sirkel? Den beste måten er å observere folk for å oppfatte deres utviklingsstadium.

### UTVIKLINGSTADIER: BARN, VOKSEN OG VISMAN

Hvilket utviklingsstadium er menneskene i livet ditt? Har de en barnementalitet, en voksne, eller er de en vismann? Omgir du deg med mennesker som er voksne, men som har et barnesinn? Har de et voksensinn, eller har de en vismannsmentalitet? Hvilket utviklingsstadium er du på? Hva slags mennesker tiltrekkes du og hva slags mennesker tiltrekkes av deg? Har du fortsatt barneegenskaper, eller har du en voksenmentalitet? Det er her studenten må være ærlig om menneskene i livet og med seg selv. Har du noen gang lurt på hvorfor du har vennene du har og hvorfor de endrer seg når du blir eldre?

Menneskesinnet er ment å utvikle seg på en bestemt måte. Hvis den ikke utvikler seg som den skal som barn, vil noen aspekter av personligheten ved en viss alder fortsette å forbli på barnets utviklingsstadium. Hvis dette skjer, er det viktig for den enkelte å erkjenne hva de trenger å jobbe med for å gå over til en voksen og deretter til en vismann-tankegang. Bare fordi du er middelaldrende eller eldre betyr ikke at du automatisk når en vismann mentalitet. Mange mennesker er over 60 år, men de er fortsatt litt i en barnementalitet. Hvert utviklingsstadium må mestres for å gå videre til det neste.

Ikke alle kommer til å ha alle egenskapene til et barn, voksen eller vismann. Noen mennesker kan ha noen av egenskapene til både et barn og en voksen eller en voksen og en vismann. Det betyr at individet er i overgang fra et stadium til et annet og forteller oss hva vi må jobbe med.

### BARNESINN STADIE

For å utvikle et barns hjernebehov:

1. Oppmuntring
2. dømmekraft
3. Ros
4. Å bygge selvtillit
5. Å se etter identiteten deres
6. Å føle seg trygg
7. Å føle kjærlighet og lære kjærlighet
8. Å føle vennlighet og lære vennlighet
9. Å føle omtanke og lære omtanke
10. En klar fantasi
11. For å øke fantasien deres

Hvis et barn ikke får denne typen pleie, kan de forbli i barnestadiet som voksen. Hvis en voksen forblir i barnestadiet, beveger de seg ikke mentalt og kan ha mange negative barnstendenser.

**Hvis noen har negative barnstendenser som voksen, kan de:**

1. Handle ut
2. Sutring
3. Klag hele tiden
4. Kast raserianfall
5. Bryr seg bare om seg selv
6. Vær usikker
7. Ikke ta hensyn til andre
8. Har ingen grense mellom rett og galt
9. Har ingen lojalitet
10. Følger ikke med
11. Har en tendens til å sladre
12. Utnytt

**Husk at sladder skyver bort pålitelige mennesker.**

Vi kjenner alle mennesker i livene våre som har noen av disse tendensene inn i voksenlivet. Naturligvis er målet vårt ikke å ødelegge de gode egenskapene til et barn. Det er noen ting vi ønsker å beholde i voksen alder, for eksempel:

1. Godheten til et barn
2. Tilliten til et barn temperert med dømmekraft
3. Fantasi
4. Tro på magi
5. Verdsetter livet
6. Spontant
7. Har det gøy
8. Vet å le

## VOKSEN SINN STADIET

Når noen har nådd voksenstadiet, burde de ha utviklet visse tendenser:

1. Oppmuntrer barna deres (eller andres barn)
2. Vil trekke folk som trenger oppmuntring
3. Positive bekreftelser
4. Komplimenterer andre
5. Trenger lite oppmuntring fra andre, er selvhjulpen
6. Vil ta på seg andre mennesker for å ta vare på dem
7. Pleie
8. Har Kunnskap
9. Vet rett og galt
10. Regler er viktige
11. Ofte skuffet over andre
12. Har høye forventninger til andre
13. Er ansvarlig
14. Har sunn fornuft
15. Har empati

**Hvis noen ikke har mestret gode barneegenskaper som voksen, kan de overkorrigere.  
Overforeldre barna sine (la aldri barnet vokse opp)**

Aldri ha det gøy

Aldri ha glede

Fokuser kun på oppgaven

Vil pleie andre, men vil unngå å pleie seg selv og vil unngå å motta

pleie fra andre

Stoler kun på seg selv

## VIS MAN SINN STADIET

Dette stadiet er det vi alle jobber mot. Hvis noen har en vismann mentalitet, de

1. Ha et godt forhold til Skaperen
2. Det er viktig å bidra til å pleie mennesker
3. Er ikke så streng med regler, mer basert på hva som er moralsk riktig
4. Ta gode beslutninger
5. Er snille
6. Er kjærlig
7. Er selvsikker
8. Oppmuntre andre og er selvoppmuntret
9. Ha visdom
10. Er bekymret for alle
11. Vil ikke tilbringe mye tid med andre som ikke er oppløftende
12. Kan jobbe med alle hjernetyper
13. Få frem det beste i folk
14. Har en indre sirkel kan være liten
15. Nyt livet
16. Er i fred
17. Er en filantrop
18. Har mye mindre hastverk enn andre
19. Hør hva andre sier
20. Stol på skaperen
21. Stol på seg selv
22. Elsker barn
23. Er milde
24. Å tillate menneskets natur

### ØVELSE EN-«FLYTT FREM» TROARBEID

Hva trenger du for å gå fra barnestadium til voksen eller vismann? Pleie? Oppmuntring? Har du mestret barndommen?

*Instruktør vil forklare øvelsen.*

#### TROR Å SE FOR: HA LUKKET ØYNE

1. På alle plan blir jeg pleiet
2. På alle nivåer pleier jeg meg selv
3. På alle nivåer tillater jeg meg selv å føle Skaperens pleie
4. På alle plan føler jeg meg oppmuntret
5. På alle nivåer føler jeg meg oppmuntret av meg selv
6. På alle nivåer føler jeg meg oppmuntret av Skaperen
7. På alle nivåer føler jeg meg oppmuntret av andre
8. På alle plan tar jeg hensyn til meg selv
9. På alle plan tar jeg hensyn til andre rundt meg
10. På alle nivåer er jeg trygg
11. På alle nivåer projiserer jeg sikkerhet til andre
12. På alle plan er jeg ærlig med meg selv
13. På alle nivåer er jeg ærlig med andre
14. På alle plan vet jeg hvordan jeg skal leve uten at folk tar energien min
15. På alle nivåer vet jeg hvordan jeg skal stole på
16. På alle nivåer er jeg omgitt av mennesker jeg elsker og stoler på
17. På alle nivåer vet jeg hvordan jeg skal ta grep

### ØVELSE TO-DIGGING PÅ FORRÅDT

Hvem har forrådt deg i livet ditt? Skyver du alle ut av livet ditt på grunn av hva noen mennesker har gjort mot deg?

*Instruktør vil forklare øvelsen.*



## ARBEIDSPLASSEN ELLER SKOLEN

Arbeidsplassen eller skolen er gode indikatorer på hvordan noen medarbeidere og medelever ikke utvikler tidligere negative barndomstendenser.

Barn, voksen og vismann tendenser på arbeidsplassen eller skolen

### Barnesinnestadiet på arbeidsplassen-

1. De dukker sjelden opp på jobb-skole
2. Kan vanligvis ikke holde en jobb mer enn ett år
3. Noen ganger prøver å starte en egen bedrift, men gir lett opp
4. Diskuter aldri ting
5. Tenker jobben, skolen skylder dem
6. Klandrer folk
7. Lett å kjede seg
8. Har vanskelig for å administrere penger
9. Underskjærer andre
10. Stikk andre i ryggen
11. Stjele andres ideer
12. Synes de fortjener å ha en annen persons virksomhet
13. Sladder

### Voksen tankestadium på arbeidsplassen-skolen

1. Sett inn en ærlig arbeidsdag
2. Går utover call of duty
3. Teamarbeid vil gjelde
4. Oppmuntrer
5. Vil sette foten ned
6. Vil ta raske avgjørelser
7. Vil prøve å gi ansatte så mange sjanser som mulig for å prøve å heve dem opp.
8. Stoler ikke på alle
9. Betal regningene deres og forvalter pengene deres

## **VIS MAN SINN STADIET på arbeidsplassen-skolen**

1. Snill
2. Oppmuntrer
3. Vil vurdere situasjoner raskt
4. Ta raske beslutninger
5. Vil være bekymret for alle
6. Vil gi slipp på alle som ikke ønsker å være en lagspiller i næringslivet

### **ØVELSE TRE: MEDARBEIDERE - SKOLEKAMER - ANSATTE**

Hvilket stadium er menneskene på jobben eller skolen din? (hvis du skal på skolen) Hva trenger de?

*Instruktør vil forklare øvelsen.*

## **VENNSKAP-BARN, VOKSEN OG VISMAN**

Hvilket utviklingsstadium er vennene i din indre krets? Følgende er noen indikatorer på hvilket utviklingsstadium vennene dine befinner seg på.

### **VENNER-BARNE SINN STADIET**

Venner er veldig viktige for barnehjernen. De har en tendens til å velge vennene sine fremfor alle andre. Barnehjernen har forventninger om at de kan stole på vennene sine.

Barnehjernen har et behov for sosialisering og misliker å være alene. De uttrykker et behov for å bli verdsatt og lek og fest er veldig viktig. Barnehjerner har også tendenser til å slåss med vennene sine.

Sjalusi.

Mangel på verdsettelse.

Mangel på pleie.

Hold deg venner fordi de kjenner hverandres hemmeligheter.

Sladder.

Nag.

Hevn.

### **VENNER- VOKSEN SINN STADIET**

Vil ha venner med høyt vedlikehold som er trengende

De har kanskje ikke så mange venner

Vil sette barna deres først

Mer avhengig av sin partner

Vil tillate folk å presse vennskapene sine

Vil forsøke å forstå folk, ofte skuffet

Redd for å overkorrigere

Søker etter gud

Ser etter den rette veien å følge

Vær venner for å hjelpe hverandre.

Ha nedgang, lojalitet

Fortsatt kan sladre, fordi de deler erfaringer.

Myk hevn.

### **VENNER-VIS MAN SINN STADIET**

Setter deres familie, barn og partnere først.

Omgir seg med likesinnede.

Har medfølelse for mennesker.

Har en liten indre sirkel.

Vet hvordan man leder.

Ler mye. Nyter å være i live.

Vil gi fritt.

Er respektert.

Unngå problemer.

Elsker mennesker - du kan føle kjærligheten deres.

Folk betyr noe.

Elsker verden.

Bestevenner er basert på lojalitet og moral.

Får frem det beste i mennesker.

## ULIKE SLAGS VENNER

Hva slags venner er i dine indre, midtre og ytre kretser?

### INDRE SIRKEL

Pålitelige venner

### MIDTT SIRKEL

De vennene som er i mellomkretsen din kan stoles på, men de beveger seg ofte fra et barnestadium til en voksen hjerne,

### YTRE SIRKEL

Dette er mennesker som er i samfunnet ditt og resten av verden.

## ULIKE SLAGS VENNER

1. De vennene du stoler på.
2. Gamle venner: Gamle venner og kan også være familiemedlemmer. Dette kan være mennesker du har kjent så lenge at du bare aksepterer dem som de er. Slike venner kan være i en av de tre livsstadier: **barn, voksen eller vismann.**
3. Folk på jobb og de du gjør forretninger med.
4. Venner med lite vedlikehold: Dette er venner som ikke trenger oppmerksomhet og pleie hele tiden. Du trenger ikke ringe dem hele tiden, og det kan være måneder du ikke snakker med dem. Du får kontakt med dem der du slapp. Det er ingen store forpliktelser mellom dere.
5. Venner med høyt vedlikehold: Dette er venner som ofte er i barnestadiet av tankesett. De er usikre, krevende og trengende, trenger hele tiden forsterkning om at de er spesielle for deg.
6. Elever: Mange elever har en barnetankegang.
7. Klienter: Mange klienter/studenter har en barnetankegang. Hvis du har en voksen-tankegang og dine studenter-klienter har en tankesett for barn, vil du hele tiden oppmuntre dem til å hjelpe dem å vokse. Men som alle barn som har problemer med foreldrene sine, kan noen av elevene/klientene dine ha problemer med deg.
8. Bekjente: Dette er ofte mennesker som er i den ytre sirkelen av livet ditt. De kommer og går uten mye tilknytning.

**Spør deg selv:** Hvem er dine sanne venner? Hva kan du stole på hos en venn? Ville de redde deg hvis du druknet? Ville de være til å stole på med kameraten din? Vil de sladre, dolke deg i ryggen og prøve å ødelegge deg? Tar de alltid i stedet for å gi og bagatelliserer deg? Hvordan er du som venn? Hvordan er du som lærer?

### SAKER OM KJÆRLIGHET

Et barnetankesett er ofte som et barn i en godteributikk som alltid vil ha noe nytt. Et barnesinn kan fort kjede seg med forholdet sitt og søke etter en annen partner. Når noen forblir i barnestadiet av utvikling til voksen alder, vil de noen ganger prøve å få noen til å elske dem. De oppfører seg ikke lenger som seg selv, men blir det de tror personen vil at de skal være. Noen foreldre som har en barnetankegang vil slåss med barna sine, slå dem, skrike til dem og forvente at barna deres er der for dem. Et voksent sinn vil se etter noen som aksepterer dem for den de er fordi de har mer selvtillit og selvtillit. De ser etter noen som har ting til felles med dem, og de utfyller hverandre. Et voksent sinn i hjernen ser etter noen å elske og noen som elsker dem fullstendig. De ser etter en sjelevennenergi hos noen andre, men er uavhengige nok til å være på egenhånd. Dette gir en bedre paringsprosess.

En person som har et voksensinn vil ofte koble seg sammen med en som har et voksent-barnsinn på grunn av en naturlig tilbøyelighet til å gi barn.

En person med en vismann-tankegang har gått gjennom barne- og voksenstadier av tankesett. Sage utviklet sinn er helt i orden å være den de er. De er vellykkede kamerater fordi de bare parer seg med mennesker som har voksne tankesett eller med vismenn. De har filantropenergi og ønsker å gjøre en forskjell og forandre verden. Maken deres må ha de samme ideene i tankene, og de vil ikke tolerere et barnesinn som partner.

I hjemmet erkjenner vismannen at barn er små mennesker som trenger oppmuntring og kjærlighet. En person med vismann-tankegangen er vanligvis den beste av alle besteforeldre. De er tålmodige og elsker barna sine. Mens jeg reiser rundt i verden, har jeg lagt merke til at mange healere finner seg selv som foreldrene til foreldrene sine fordi de ble født med et voksent sinn. De kan se hvor andre mennesker kommer fra, for ettersom vismannen utvikler seg, har de mer medfølelse for menneskeheten og verden som helhet. Denne medfølelsen er en fantastisk ting.

### ØVELSE FIRE: INDRE SIRKEL

Folk i Live og hvilket stadium de er?

*Instruktør vil forklare øvelsen.*

### TRENING FEM: BÆRE VISMANN ENERGY

Flytte fra voksen til VISMANN-GJØR TROSARBEIDE PÅ VISMANN STADIET.

*Instruktør vil forklare øvelsen.*

## ØVELSE SEKS

Fjern blokkeringene dine. Sjekk Beliefs og gjør trosarbeid:

1. På alle nivåer er mennesker farlige.
2. På alle nivåer er folk ute etter å sabotere meg.
3. På et hvilket som helst nivå forråder alle meg.
4. På alle nivåer er vennskap for tidkrevende.
5. På alle nivåer forråder alle jeg stoler på meg.
6. På alle nivåer er det tryggere å være alene.
7. På alle nivåer er jeg pålitelig.
8. På alle nivåer vet jeg hvordan jeg skal forstå tillit.
9. På alle nivåer trenger jeg bare meg selv.
10. På noe nivå trenger jeg ingen nye for min indre sirkel.
11. På alle nivåer forrødte kroppen min meg.
12. På alle nivåer forrødte jeg Gud.
13. På alle nivåer forrødte studenten min meg.
14. På et hvilket som helst nivå forrødte sjelevennen min meg.
15. På alle nivåer er jeg redd for å elske.

## ØVELSE SYV-MANIFESTERING

Manifest for folk i din indre krets.

*Instruktør vil forklare øvelsen.*

## Join the conversation

---

Join the conversation about the upcoming Events, Products, ThetaHealing Downloads and More!



ThetaHealingbyVianna



thethetahealing



ThetaHealingbyVianna



ThetaHealingVianna



@thethetahealing



[www.thetahealingworldwide.com](http://www.thetahealingworldwide.com)  
[www.thetahealing.com](http://www.thetahealing.com)

*We'd love to hear from you!*



# THINK®

THETAHEALING  
INSTITUTE OF KNOWLEDGE

