

Verbinde dich über deine Füße und deinen Wurzeln mit der Mutter Erde.

Richte dein Bewusstsein auf deine Fontanelle und stelle dir vor, wie dich ein goldener Faden mit dem höchsten reinsten Bewusstsein verbindet.

Stell dir vor, dass du in einer Kristbaumkugel bist, in einen goldenen Taucheranzug oder einfach in einer goldenen leuchtenden Kugel.

Bitte dann um die göttliche Energie, dass sie über dein Scheitelchakra über deine Schultern in deine beiden Hände fließt.

Stell dir diese Energie als goldenen Handball zwischen deinen Händen vor. Spüre diese Energie und spiele auch damit, damit sie dir immer vertrauter wird. Vielleicht nimmst du ein kribbeln in deinen Fingerspitzen oder eine angenehme Wärme in deinen Händen wahr.

Wenn du ein Thema deines Lebens behandeln willst, denke an dieses Thema.

Dann: Formuliere die Intention, Absicht.

Ich schicke Liebe, Licht und Energie in dieses Thema.

Oder: Ich schicke Transformation in meine Finanzen

Oder: Ich schicke Harmonie in meine Beziehung usw.

Am Ende der Sitzung trennst du schnell die Verbindung zur höheren Quelle und bedankst dich.

Starte diese Technik jeden Tag neu, wenn du sie anwenden willst