



Heilung

Praktiziere dies
täglich mehrmals.

Wende dich deinem Körper zu
und ganz besonders dem Bereich,
wo sich der Herd deiner Krankheit befindet,
und du den Schmerz am meisten spürst.
Spüre diese Stelle genau
und stelle dir vor, dass dort
ein durchlässiger, leerer Raum ist.
Visualisiere, dass heilender Nektar
in diesen Raum fließt
und ihn ganz und gar füllt.
Alles
ist geheilt und völlig gesund,
hell und strahlend wie
ein heiterer, sonniger Sommertag.

18 Sekunden Stille

TAG 15 & 16