



# 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