



BALANCE IM LEBEN & DER GESUNDHEIT
MIT DER KRAFT DER HERZENENERGIE.

HERZÖFFNUNG

ARBEITSBLATT ÜBUNG FÜR DICH

4 KRAFT TECHNIK - SEELE, GEIST, KÖRPER, MEDIZIN

Um Dein Herz zu öffnen, kannst Du die nun die folgende Übung mit den 4 Kraft Techniken der Seele Geist Körper Medizin anwenden.

Körperkraft:

Lege nun eine Hand auf Dein Herzchakra, die zweite Hand unterhalb des Nabels auf den Unterbauch, Dein Sakral Chakra.

Seelenkraft:

Sprich nun folgendes laut:

Liebe Seele Geist und Körper meines Herzens, ich liebe Dich.

Du hast die Kraft dich vollständig zu reinigen, Seele Geist und Körper Blockierungen aufzulösen und dich vollständig zu öffnen. Danke.

Geisteskraft:

Visualisiere nun Dein Herz, wie es umhüllt wird von goldenem Licht und strahlend leuchtet.

Klangkraft:

Sprich nun folgendes laut:

Mein Herz heilt und öffnet sich vollständig.

Mein Herz heilt und öffnet sich vollständig.

Mein Herz heilt und öffnet sich vollständig.

Mein Herz heilt und öffnet sich vollständig.

Mache diese Übung 5-10 Minuten lang am besten mehrmals täglich und Du wirst die Wirkung spüren.

