

Anleitung Energien zurückholen

So gehts:

Schließe deine Augen und konzentriere dich auf den Raum hinter deinen Augen, in der Mitte deines Kopfes. Bleib mit deinem Bewusstsein in diesem stillen Raum.

Von hier aus bekunde leise oder laut deine Absicht:

"Alle meine Energien, die ich bei anderen Menschen, an anderen Orten, in anderen Zeiten oder in anderen Dimensionen gelassen habe, kehren JETZT zu mir zurück!

Alle Energien von anderen Menschen, von anderen Orten, aus anderen Zeiten und Dimensionen, die NICHT zu mir gehören, schicke ich jetzt zurück zu ihrem Ursprung!"