



Seelen-Coach
Aus Liebe zum Leben

Selbstheilungskräfte aktivieren

Die einfachste Methode

Vorbereitung: Suchen sich einen ruhigen und ungestörten Ort und setzen oder legen Sie sich auf die Erde, Stuhl, Sessel oder Couch und schließen die Augen. Nun atmen Sie ganz ruhig durch die Nase ein und durch den Mund wieder aus.

Fühlen Sie, wie mit jedem Ausatmen die innere Anspannung verfliegt und Sie sich von der Last befreit fühlen. Finden Sie mit der Zeit so ca. 5 Minuten zu einem gleichmäßigen ruhigem Atmen.

Geist und Körper werden ganz ruhig und sollte doch ein Gedanke dazwischen auftauchen, dann schieben Sie diesen wie eine Wolke beiseite.

Energie tanken und Belastendes loslassen

Mit jedem Einatmen tanken Sie Lebensenergie in sich auf (wie bei einem Auto, das Sie auftanken oder wie beim Fahrrad die Luft aufpumpen).

Alles, was Sie jetzt noch belastet - ob beruflich oder privat - wird entlassen beim Ausatmen.

Spüren sie jetzt den Boden unter Ihren Füßen oder Rücken schicken Sie alles, was nicht da sein sollte, zu Mutter Erde nach unten.

Scheitel-Chakra öffnen und Licht einströmen lassen

Wenn Sie das getan haben, öffnen Sie den obersten Punkt auf Ihrem Kopf das nennt man Scheitel Chakra und stellen eine Verbindung zum Universum über einen weißen Lichtstrahl (wie bei einer Straßenbahn zur Oberleitung) her.

Dieser weiße Lichtstrahl, der über das Scheitel Chakra zu Ihnen fließt, ist die „reine, göttliche, bedingungslose Liebe“ (wird so in der spirituellen Welt genannt).

Sie nutzen nun diesen Kanal und bitten darum, dass die „reine göttliche bedingungslose Liebe“ alle die Schmerzen, die nicht gewollten inneren Blockaden zu sich nimmt und im Universum zerstört (ähnlich wie bei einem Meteorit) und Sie mit Lebensenergie in jeder Zelle aufgefrischt werden wollen.

Versetzen Sie sich dabei in einen Zustand, der frei ist von Schmerzen und Blockaden. Denken Sie an die Zeit, wo noch keine Schmerzen und Blockaden vorhanden waren (Beispiel Kindheit oder positive Zeiten).

Verweilen Sie ca. 10 Minuten in dieser Phase (Sie werden diese Methode mehrmals durchführen müssen, um ein sichtbares und spürbares Ergebnis zu erreichen) und bedanken sich anschließend bei dem Universum der „bedingungslosen göttlichen Liebe“ für die Unterstützung und den Reinigungsprozess.

Kommen Sie dann zurück in das hier und jetzt, öffnen die Augen und bewegen Ihr Hilfsmittel und Messinstrument „Körper“ so wie es für Sie gut ist.

Ich wünsche Ihnen Gesundheit und eine erfolgreiche Anwendung mit spürbarem Ergebnis.
Herzlichst, Ihr Axel Puls