



*Wunder beim Universum shoppen*



HEILUNG



# Vorgehen

1.

## *Einstecken*

Einstöpseln beim Universum (Steckdosen Technik) und Arme in die Höhe. Du kannst dabei liegen, stehen oder sitzen - fühl einfach nur die Energie, die durch dich durchfließt.

2.

## *Entscheidung treffen*

Triff schon jetzt deine Entscheidung von dem was du (mehr) haben möchtest - entscheide dich schon jetzt für dein noch schöneres und glückliches Leben.

3.

## *Barrieren senken*

Fahre deine Barrieren runter (Parking Poller, Steinbrunner, Nachtkleid Methode, Dornenranke). Solange bis du wirklich bei dir bist und nichts mehr hochkommt. Es geht darum hierbei wirklich die Bewertungen runterzufahren.

4.

## *Leuchtball vorstellen*

Stell dir einen leuchtenden Energieball in deinem Herzen vor. Lasse den Leuchtball jetzt beim Einatmen immer grösser werden, so als hättest du das Gefühl, dieser drückt von innen gegen deine Brust.

5.

## *Ausdehnen*

Jetzt fang an dich auszudehnen (fühle wie sich dein Energieball in jede einzelne Ecke des Raumes ausdehnt). Mit dem nächsten Atemzug stell dir vor, dass dein Energieball so groß ist wie dein Haus. Dehne dich bei jedem Atemzug weiter aus, über deine Strasse, dein Land, die ganze Erdkugel und dann mit Vollgas über das ganze Universum - bis es nichts mehr gibt, dass grösser ist als du.

6.

## *Im Universum shoppen gehen*

Schieb deine Hände vor und zurück und spüre deine Energiekugel und ihren Widerstand. Und dann gehe mit deiner Energiekugel shoppen und pack alles rein, was du haben willst: Die glückliche Beziehung, mehr Geld, eine glückliche Familie usw.

Bei allem was du in deine Energiekugel packst, fühl dich mal rein: Wie sieht das aus für dich? Wie fühlt es sich an? Wie ist es, wenn du das hast?

Pack alles rein, was du willst. Pack so viel rein wie du willst und nicht wie du brauchst. Shoppe alles in deine Energiekugel was du jetzt haben willst: Gelassenheit, Freiheit, ein neues Motorrad, einen neuen Job - einfach alles. Pack Deinen Traumurlaub rein. Frage dich, wenn ich nicht scheitern könnte, was würde ich denn alles wählen?

Mach deine Kugel so groß wie diese werden möchte - so groß wie den Mond und noch größer.

7.

## *Energie ziehen*

Und jetzt ziehst du diese Energie des gesamten Universum rein. Zieh mal richtig viel Energie in deine Energiekugel, wo richtig Kraft entsteht und schau, ob sie noch mehr an Größe erreichen möchte.

Und nun schau mal wie diese Energie all deine Wünsche in Bewegung bringt in deiner Kugel. Beobachte wie sich all deine Wünsche bewegen. Betrachte sie. Schau es dir an.

8.

## *Energiekugel auflösen*

Und nun schau mal wie sich deine Kugel auflösen möchte. Welche Energie, welche Farben soll sie haben? Wer möchte noch dabei sein beim Auflösen?

(diese Personen holst du dann auch hinzu)

Und dann löse deine Kugel auf.



# Was tun, wenn...?

?

*... eine innere Unruhe in dir entsteht?*

Fahre deine Barrieren nochmals runter und versuche es noch einmal.

?

*...sich dein Verstand zwischendurch meldet?*

Einfach fallen lassen. Es gibt kein richtig und kein falsch. Barrieren senken und weiter machen.

?

*...wenn ich nicht sicher bin, wie ich die Energiekugel auflösen soll?*

Stell dir einfach vor, dass du die Kugel wie einen Ballon oder eine Seifenblase platzen lässt und unendlich viel Glitzer daraus fällt. Falls es nicht direkt funktioniert, frag nach, ob es noch etwas mehr Glitzer braucht, um die Kugel auflösen zu können und probiere es dann noch einmal.