

Tag 19:

Wie Du Deine Herzensenergie erweiterst

- ✓ Denk an etwas Tolles oder schau Dir ein Bild einer geliebten Person an.
- ✓ Gehe in innere Bilder mit einer Situation, in der Du richtig glücklich warst.
- ✓ Sobald Du in dieser Situation eintauchst oder in die Gefühlswelt mit einer geliebten Person verbindest, kommen in Dir wieder diese positiven Gefühle hoch.
- ✓ Jetzt lass sie in Deinem ganzen Körper ausbreiten.
- ✓ Sobald Dein Herz vor Liebe überschwappt, breite diese Energie in alle Himmelsrichtungen aus, wie ein Stein, den man ins Wasser schmeißt seine Wellen nach allen Seiten verbreitet.

