



## Selbsthilfe - Beziehungen klären

Begib dich in einer **kleinen Meditation zur Quelle allen Seins**, indem du über dein Kronenchakra ins helle, unendliche Licht gehst. Sage dann innerlich: Es gibt keine Trennung. Alles ist eins. Ich bin teil von allem was ist.

**Kläre** Ärger, Groll, Zurückweisung, Reue und andere **negative Emotionen**, indem du sie ins Licht schickst und dir im Gegenzug Frieden, Loslassen und Annehmen der Situation in deine Aura schickst.

### Seelenfragmente

Schöpfer von allem was ist, es ist befohlen/angewiesen, dass alle Seelenfragmente von Name der Person an mich gewaschen und gereinigt zurückgegeben werden, damit ich vollständig bin. Es wird außerdem angewiesen, alle Seelenfragmente von Name ins Licht zu schicken und gewaschen und gereinigt an ihn/sie zurück zu geben.

Danke, es ist vollbracht, es ist vollbracht, es ist vollbracht!

Beobachte den Vorgang bis er abgeschlossen ist.

### Karma auflösen

Schöpfer von allem was ist, es ist befohlen/wird angewiesen, dass alle karmischen Verbindungen mit Name ins Licht geschickt, transformiert und als erfüllt abgelegt werden. Danke, es ist vollbracht, es ist vollbracht, es ist vollbracht!

Beobachte den Vorgang bis er abgeschlossen ist.

### Verzeihen

Anweisung: „Schöpfer von allem was ist, es ist angewiesen, Name zu verzeihen und Verzeihung von ihm/ihr zurückzufordern, wenn er/sie dazu bereit ist. Außerdem ist angewiesen mir selbst zu verzeihen.

Danke, es ist vollbracht, es ist vollbracht, es ist vollbracht!“

Beobachte den Vorgang bis er abgeschlossen ist.

**Am Schluss** nehme *immer* eine Lichtdusche aus der Schöpferebene und gehe durch dein Kronenchakra bis ca. 2 m unter die Erde, erde dich dort und ziehe dann eine Lichtsäule bis über dein Kronenchakra hinauf. Trenne dich auf deine Art vom Vorgang ab.