

# Angeleitetes Cleaning

Setzen Sie sich bequem hin, und schließen Sie sanft die Augen.

Formulieren Sie im Geiste den Gedanken, dass alles Unreine, das sich im Laufe des Tages in Ihrem System angesammelt hat durch Ihren Rücken in Form von Rauch oder Dampf entweicht. Stellen Sie sich nun vor, dass sich dieser Prozess beschleunigt. Schon nach wenigen Minuten werden Sie fühlen, wie Ihr Herz freier und leichter wird.

Diese Leichtigkeit erzeugt ein Vakuum, das den göttlichen Strom anzieht. Stellen Sie sich vor, wie er in Ihr Herz fließt, es erfüllt und Ihnen dabei hilft, den Reinigungsprozess abzuschließen. Nun ist jeder Partikel Ihres Körpers mit göttlicher Energie erfüllt.

Mit ein bisschen Übung werden Sie feststellen, dass Sie keine Worte mehr brauchen, um das Cleaning durchzuführen. Sobald Sie sich hinsetzen und die Augen schließen, kommt der Reinigungsprozess von allein in Gang.