

## Stärkung des Immunsystems

Unser Immunsystem ist unser wichtigster Schutz gegenüber allen Bakterien, Viren und anderen „Eindringlingen“. So ist es sehr hilfreich das Immunsystem zu stärken. Dies wird mit einer silbernen Sphäre durchgeführt:

- Schließe die Augen, entspanne Dich und geh in eine leichte Trance, hinein in Deine innere Welt, wo alles möglich ist. Suche in dieser inneren Welt einen Platz auf, wo Du Dich sicher und geborgen fühlst.
- Lass vor Dir eine ca. 10cm große silberne Sphäre entstehen, eine Energie-Kugel, gefüllt mit dem Licht und der Energie des Schöpfer. Gib der Sphäre den Auftrag, Dein Immunsystem zu stärken
- Die silberne Sphäre beginnt mit den äußeren Bestandteilen Deines Immunsystems, den sogenannten mechanischen Barrieren. Sie schwebt als erstes zu Deinen Augen, umgibt diese und stärkt sie bis Deine Augen silbern schimmern
- Dann schwebt die silberne Sphäre tiefer, dehnt sich etwas aus bis sie Deine Mundhöhle und Deine Nase vollkommen umhüllt, Deine Schleimhäute kräftigt und silbern schimmern lässt
- Die silberne Sphäre schwebt nun etwas tiefer, wird größer und umhüllt Deine Atemwege und die Lunge. Sie gibt ihnen Energie und lässt sie silbern glänzen
- Jetzt schwebt die silberne Sphäre noch tiefer, zu Deinem Magen und Darm, dehnt sich weiter aus, bis sie Magen und Darm vollkommen umhüllt, ihnen Kraft gibt und Energie, bis auch Dein Magen und Dein Darm silbern schimmern
- Dann dehnt sich die silberne Sphäre noch weiter aus, bis sie Dich ganz umschließt und Deine Haut stärkt, und Deine Haut ebenfalls silbern zu glänzen beginnt
- Die große silberne Sphäre zerspringt nun in viele kleine Sphären, die in Deinen Blutkreislauf eintauchen und die Zellen des Immunsystems stärken – die Leukozyten, die Lymphozyten, die Makrophagen und wie sie alle heißen... und Du beobachtest das
- Alle Zellen Deines Immunsystems werden gestärkt, tanken sich auf mit dem Licht und der Energie des Schöpfers
- Und dann ist auch die Stärkung der Zellen abgeschlossen und die kleinen Sphären verblassen – alle Bestandteile Deines Immunsystems sind nun voller Energie und schimmern silbern – und so erhebst Du Dich von Deinem Platz in Deiner inneren Welt, gehst mit Deiner Aufmerksamkeit wieder zurück zu Deinem Atem und mit jedem Ausatmen kommst Du ein Stück weiter heraus aus Deiner inneren Welt, zurück ins hier und jetzt