

Tipps und Regeln für den Zeitraum vor, nach und während einer Session

- Verzichte auf Alkohol, Kaffee, Tee, Fleisch, scharfe Gewürze, Pfeffer, Sex, Sport, intensive Arbeit vor wie nach der Sitzung.
Kein Duschen oder Baden **nach** einer Sitzung.
- Mach den Tag vor, während und nach einer Sitzung zu einer Auszeit für dich.
- Begib dich am Tag der Sitzung in einen meditativen Zustand. Meditation, Yoga, Qi Gong, Gebete, ruhige Musik, Spaziergehen helfen dir dabei.
- Stelle das Sprechen in der Wartezeit ein.
- Möchtest du dich über eine Heilsession unterstützen lassen, ist ein VERZEIHEN, in Frieden sein, mit allem was ist, Voraussetzung dafür.
- Mache deine Session nicht zu einem Termin, zwischen Tür und Angel.
- Erwartungshaltung oder Zweifel machen dich undurchlässig für Energien.

Spätestens in der Wartezeit/Vorbereitungszeit **vor** der Sitzung gehe in die Verzeihung. Wenn du Groll, Hass, Ärger in dir trägst, kann die Energie nur unzureichend fließen und übermittelt werden. Du blockierst dich dann selbst.

Wie lange gelten diese Verhaltensregeln nach einer Sitzung?

- Mindestens einen Tag, besser 2 oder 3 Tage. Bei hoch energetischen spirituellen Sitzungen bis 7 Tage, teilweise bis 21 Tage (Gilt nicht für Duschen.)
- Geh im Idealfall ALLEINE zu deiner Sitzung.
- Sprich mehrere Tage mit niemandem über die Sitzung!

Fühlst du dich wohl nach einer Sitzung, denkst du vielleicht:

Jetzt geht es mir wieder gut und machst weiter wie bisher. Der Körper ist ein Spiegel unseres Bewusstseins. Ändere dein Bewusstsein, deine Gewohnheiten, welche zur unvorteilhaften Situation geführt haben, dann verändert sich die Grobstofflichkeit. Fünfzig Prozent der Arbeit unterstützt dich das Medium, die anderen fünfzig Prozent sind die Arbeit an dir selber.

Bist du gesund und vital, bringen dich spirituell-geistige Sitzungen weiter:

Spirituelles Opening, Reinhaltung der geistigen Kanäle, Erfahrungen sammeln. Ich besuche immer wieder spirituelle/geistige Sitzungen. Vor sportlichen Events lassen sich Menschen gerne unterstützen.