

Die Spiegel-Firewall

>> Kann nur benutzt werden, wenn diese von mir in Eurem System bereits aktiviert wurde.

Beginne mit der Bewegung der Arme:

Nehmt die Arme ausgestreckt zur Seite – die Handflächen zeigen nach aussen.

Führt nun beide Arme nach oben über Euren Kopf und lasst die Finger dort ineinander „einrasten“.

Nun sprecht den folgenden Satz: **Reaktivierung meiner Spiegel-Firewall**

Führt dabei beide Arme langsam wieder ausgestreckt nach unten. Lasst die Handflächen aussen. Da wo Eure ausgestreckten Arme „entlangfahren“ da beginnt bzw. endet Euer persönlicher Schutzraum.

Fühlt dabei diesen Raum.

Wenn Ihr beim nach unten fahren der Arme bei Euren Oberschenkeln angekommen seid, sind Eure Arme vermutlich nicht lange genug, um sie unter den Zehen zu schliessen ☺

Aber Eure Spiegel-Firewall sollte unter den Fusssohlen schliessen, damit der Schutz komplett ist.

Ihr macht nun, wenn Ihr mit den Armen an den Oberschenkeln angekommen seid, folgendes: Ihr lasst die Arme hängen und stellt Euch mit Eurer ganzen Absicht vor, dass der Schutz weiter nach unten geführt wird und schliesslich unter Euren Füßen „einrastet“.

Stellt Euch jedes Mal beim einrasten ein richtig altes, grosses Türschloss vor, dass laut einrastet, wenn man die Türe zuwirft.

Bleibt jetzt ein paar Sekunden stehen und fühlt, wie Euer Schutz sich um Euch aufbaut. Vielleicht mögt Ihr ihn Euch farblich vorstellen. Hier würde sich blau oder gold anbieten.

Vielleicht mögt Ihr Euch auch vorstellen, dass dieses blaue oder goldene, einem Ei gleicht, das um Euch herum Schutz bietet.

So könnt Ihr auch mit Kindern oder Partnern verfahren. Hüllt sie auf dieselbe Art und Weise, von Euch ausgehend, mit dem gleichen Satz in einen energetischen Schutz. Macht dabei die Arm-bewegung nur in Eurem Kopf – stellt Euch dabei vor die Kids oder den Partner.

Richtig angewendet und ausgeführt, bietet die Spiegel-Firewall vor allen Attacken von aussen Schutz. Das hat jetzt nicht nur was mit dem Virus zu tun.

Nicht vergessen: Die Spiegel-Firewall muss erst aktiviert werden, bevor sie von Euch immer wieder „reaktiviert“ werden kann.

Viel Spass beim Üben – bei Fragen schreibt mir gerne
Jeannette Akermann

März 2020



Gesundheitspraxis Lebenszeichen, Jeannette Akermann, Schützenweg 6, 9205 Waldkirch/Schweiz, Email: info@lebenszeichen.ch