



Bonus: Checkliste Herz-Bewusstsein

Wenn du deine mediale Wahrnehmung über dein Herz wirklich trainieren und ausbauen möchtest, dann empfehle ich dir folgende Punkte zu beachten:

- Mach täglich eine kurze Übung für das Herz-Bewusstsein.
- Reinige deinen physischen Körper, dein Gehirn, deine Chakren, deine Energiekörper täglich mit Herzlicht und/oder der violetten Flamme
- Richte dich in deinem Leben auf deine Herzführung aus.
- Lass dich für deine Ziele von deinem Herzen leiten.
- Übergebe dich, deine Alltagsherausforderungen, deinen Beruf, deine Aufgaben täglich deinem Ich Bin und bitte auch deine geistigen Helfer um Unterstützung.
- Dehne dein Herzlicht aus und stabilisiere deine Aura mit deinem Licht.
- Lass dein Herzlicht strahlen, das ist energetisches Marketing. Dadurch ziehst du das Gewünschte über dein Herzlicht in dein Leben.
- Stehe jeden Morgen bevor du aufstehst bewusst in den weissen Lichtkanal.
- Gehe 3x am Tag kurz oder auch länger in Kontakt mit deinem energetischen Herzen, deinem Ich Bin.
- Stelle immer wieder Herzkontakte mit deinen Liebsten her.

