

URøvelsen – åbning af din krop ♥

Energiene i din krop / LivsChien flyder rundt i din krop som en usynlig væske!! Energiene skal og bør de gøre højre om med uret!! Som når du kigger på dig selv udefra. Så din hage er kl 12, venstre arm 3, bækken er kl 6.



Hvad får kroppens energier til at flyde modsat?

- Stress, frygt, traumer, - mikromad pga alt for megen strålin og kulde og træk er næsten værst. Traumer, vejrtrækning kun med bryst.. Chock, alkohol, opkastning, elektriske apparater da de ”griber” forstyrrende ind i vores krops mekanisme så at sige. Værst er JORD & VAND-stråler,- som kommer nede fra jorden af!! Mangel på motion da vores indre som et ur går i stå ♥

Hvad fører det til?

- Du har en sult som kooører op og ned! Du har svært ved at drikke vand!
- Har kvalme – klump i halsen! Andre gange overspiser du!
- Du kan ikke finde ro, er stresset, -kan ikke komme ned i kroppen og bækkenet, da kroppen er lukket!!
- Ville en kinesiolog/jeg Sanne teste dig – ville ALT som reelt set burde være godt for dig – dette ville din krop afvise- FOR energierne kører i forkert retning & du kan ikke mærke DIG..
- Kroppen ”DE-genererer” og ved ikke hvad den har brug for – den kan ikke tage det til sig, SOM gavner den!
- Dvs. immunforsvaret ”køres” ned, med smerter, stivhed osv til følge – sygdomme kommer til
- Du sover ikke ordentligt for dine nervesystemer ”balancerer” ikke hinanden korrekt!
- DU kan ikke tabe dig – for kroppens energier flyder ikke frit –”du er fastlåst”!! Lukket!

MIDT langs din krop – fra underliv, hele vejen op på forsiden, - ned langs bagside og ned ved rumpen – løber din **styrende** meridian/energibane! Dens energier flyder op af foran!! Det er DENNE som lukker, - når energierne i din krop ikke flyder MED uret!!

Denne kan du selv åbne op!! Det gøres super simpelt med hænderne!! For at kunne modtage healing, - bør du have lavet denne først!! Så står din krop åben og imodtagelig. Driller det så skriv og jeg har en anden øvelse du kan købe for 75kr. Denne gør dig og børnene rask med det samme, også hvis i skranter/har ondt.

Åbning af din krop - bør laves morgen+aften.

Sørg for at håndfladerne (ikke dine fingre) ER **NØJAGTIG** i midten af din krop.

At venstre hånd ligges **lige under** dit kraveben.

Højre **håndflade** ligges 3 cm under navle

Venstre siden af kroppen + hånd er feminin – såvel som forsiden er feminin. Den bløde side.

Højre side af kroppen + hånd er maskulin, såvel som bagsiden af kroppen er maskulin.– dvs. den hårde side.

Hara-Chakraet og nedre krop er maskulin

Hjertet-Chakraet og øvre-krop er feminin

TÆND til slut for I-MODTAGELIG-HEDS-FØLELSEN i dit hjertechakra/midt bryst ♥

