

24

Sicherheitsenergieschloss Nr. 24

Verständnis Chaos harmonisieren

Das SES 24 befindet sich an der vorderen Aussenseite des Fusses, Du kannst es einzeln, beidseitig oder in Kombination halten. Zusammen mit der 26 ist es eine effektive Hilfe in chaotischen, schwierigen Situationen.



Beginne damit Dir einen Platz und eine Position zu suchen, in der Du Dich wohlfühlst, leg Dich hin, setz Dich auf einen bequemen Stuhl oder mach die Übung stehend. Lass die Schultern sinken, entspanne Dich, atme ruhig ein und aus.

Die 24 ist eine wichtige Unterstützung bei Trauma- und Schockerfahrungen, lässt alles wieder besser fließen, hilft loslassen, beruhigt, entspannt, harmonisiert, hilft, in Chaosituationen nicht den Boden unter den Füßen zu verlieren, beugt Starrsinn, Rachsucht und Eifersucht vor, bei Stress, Zittern, Verwirrung, Erschöpfung, bringt Verständnis, auch für sich selber, vollständigen Frieden in Geist und Körper, Begeisterung, Leidenschaft und vitale Lebenskraft.

Alternativ kannst Du den kleinen Finger halten.