



Starlight Essenz Februar 2019

13 Equilibre

Equilibre fördert den Ausgleich der beiden Gehirnhälften. Sie regt das Gehirn an, einen Überschuss an Energie in Areale abzuleiten, die ein Defizit aufweisen. Sie wirkt unterstützend und ausgleichend auf die Gehirnströme. Sie hilft dabei, neue Lichtimpulse leichter aufnehmen zu können. Sie lässt sich gut bei Wahrnehmungs- und Konzentrationsstörungen einsetzen. Sie fördert den freien Denkfluss.

Tägliche Anwendung im Februar:

1. Gib je 1 Tropfen auf die Kopfmittle, in den Mund und auf die Schläfen.
2. Gib 1 Tropfen auf Daumen und Zeigefinger zusammen. Halte mit linkem Daumen und Zeigefinger die Stirnmittle und mit rechtem Daumen und Zeigefinger die Mittle vom Hinterkopf. Dann bewege die Finger vorne nach links und gleichzeitig hinten nach rechts; halte einen Moment inne und mach dann die entgegengesetzte Bewegung: vorne gehen die Finger von links über die Mittle nach rechts und hinten gehen sie von rechts über die Mittle nach links; dort halte sie wieder einen Moment. Dann führe die Finger wieder zur Mittle und von dort gleichzeitig von vorne und hinten auf die Kopfmittle zusammen, einen Moment dort halten und dann gleichzeitig zu den Seiten oberhalb der Ohren (auf Schläfenhöhe) führen und auch dort wieder halten.
3. Zum Abschluss gib je 1 Tropfen auf das Herzchakra, beide Schultern und auf die Fußrücken.