



Starlight Essence März 2022

60 Spiritual Centering

Spiritual Centering bringt in Kontakt mit dem eigenen inneren Zentrum und fördert die Ausrichtung auf das eigene Leben. Sie hilft, zu erkennen, was zu einem gehört und was nicht. Aus dieser Zentrierung heraus fällt es leichter, Entscheidungen zu treffen. Spiritual Centering stärkt das Vertrauen in den eigenen Lebensfluss und schenkt eine ruhevollere Gelassenheit gegenüber äußeren Turbulenzen, da es im innersten Zentrum nur die Stille und die ruhevollere Kraft gibt. Spiritual Centering bringt Ruhe und Klarheit.

Anwendung im März:

1. Gebt 1 Tr. kreisförmig vorne und hinten auf euer Solar Plexus Chakra.
2. Führt die Flasche mit ausgestrecktem Arm langsam von vorne zurück zum astralen Solarplexus Chakra und macht dort einen rechtsdrehenden Kreis. Macht das Gleiche von rechts zur astralen Leber, von hinten zum hinteren SP Chakra und von links zur astralen Milz; und macht dort jeweils die rechtsdrehenden Kreise.
3. Anschließend haltet ihr die Flasche mit ausgestrecktem Arm oberhalb vom Kopf und führt sie von dort langsam auf der Vorderseite nach unten bis zu Füßen, wo ihr sie zwischen die Füße stellt. Wartet bis die Energie ganz angekommen und durchgeströmt ist.
4. Gebt je 1 Tropfen auf die Füße, die Knie und in den Mund.
5. Gebt 3 Tropfen in eure Hände und legt die linke auf eure Milz und die rechte auf eure Leber. Haltet die solange bis die Energie aufgenommen wurde.
6. Zum Abschluss legt ihr beide Hände auf eure Nieren, bis auch die Nieren die Energie aufgenommen haben.