

Kosmisches Inneres Lächeln ***Das Innere Lächeln***

Vordere Linie - Konzeptionsgefäß

1. Achten Sie darauf die kosmische Energie vor Ihnen durch die Augen aufzunehmen, lächeln an der Nase herunter zu den Wangen und den hochgezogenen Mundwinkeln. (Zunge an den Gaumen)
2. Lächeln Sie in Nacken, Kehle, Schilddrüse, Nebenschilddrüse und Thymus.
3. Lächeln Sie ins Herz und empfinden Freude und Liebe, die sich in Lunge und Leber, Milz und Bachspeicheldrüse, Nieren und Genitalien ausdehnen.

Mittlere Linie - Verdauungstrakt

1. Bringen Sie die lächelnde Energie in die Augen, dann hinunter zum Mund. Schlucken Sie Ihren Speichel und lächeln dabei hinunter zum Magen, Dünndarm, Zwölffingerdarm, Dickdarm (aufsteigenden, quer verlaufenden, absteigenden), Rektum und Anus.

Hintere Linie - Lenkergefäß

1. Lächeln, hochschauen zum Dritten Auge, zur Hypophyse, goldenes Licht strahlt durch das Gehirn.
2. Lächeln, in den Thalamus die Zirbeldrüse und den Kristallraum hinein spiralisieren, nach rechts und links. Vom Gehirn zum Scheitel und zur Schädelbasis
3. Hinunter lächeln zu jedem Wirbel, 7 Halswirbel, 12 Brustwirbel, 5 Lendenwirbel (unterer Rücken) und Kreuzbein.

Alle drei Linien und der gesamte Körper

1. Vordere, mittlere und hintere Linie hinunter lächeln, dann alles gleichzeitig. Entwickeln Sie dabei das Gefühl eines kühlenden Wasserfalls aus strahlendem Sonnenschein und kosmischer Energie und lächeln mit Freude und Glück.

Energie sammeln im Nabel

1. Lächeln Sie in den Nabel, spiralisieren Sie in Gedanken und mit den Händen von innen nach außen, 36mal (Bereich zwischen Diaphragma und Schambein) und 24mal von außen nach innen. Männer fangen im Uhrzeigersinn an, dann gegen den Uhrzeiger zurück zum Nabel, Frauen umgekehrt, und alle speichern die Energie im Nabel ab.