

Sześć Uzdrawiających Dźwięków

Ćwiczenia Wątroby – 3 Uzdrawiający Dźwięk

- A. Drewno, Wiosna, Wilgotny, Zielony, Sour, Wzrok, Oczy, Pęcherz żółciowy, Gniew, Agresja, Życzliwość, Przebaczenie
- B. Oddychaj powoli i głęboko będąc świadomym Wątroby. Odwróć Ramiona ponad głowę – Złącz Ręce – Naciśnij przechylonymi dłońmi w prawo – Wyciągnij się lekko po lewej stronie. Patrz w górę. Wydechnij bardzo powoli ciemny mroczny kolor, nadmiar ciepła, Złość Agresję i wydaj dźwięk Szzzzzzzzzzzzzz
- C. Oddychaj Czystą Zieloną Energią i następnie przekształć ją w Uprzejmą Jakość Rozłącz Ręce-Dłońmi przykryj Wątrobę- następnie do kolan-Dłonie do góry-Zamknij Oczy Uśmiechnij się w dół do Wątroby. Doświadcz Życzliwości narastającej w Tobie (3-6x)

Ćwiczenia Serca – 4 Uzdrawiający Dźwięk

- A. Ogień, Lato, Ciepło, Czerwony, gorzki, mowy, języka, jelita cienkiego, okrucieństwo Nienawiść, Radość, Honor, Szacunek, Miłość.
- B. Oddychaj powoli i głęboko będąc świadomym Serca. Odwróć Ramiona ponad głowę – Złącz Ręce – Naciśnij przechylonymi dłońmi w lewo – Wyciągnij się lekko po lewej stronie. Patrz w górę. Wydechnij bardzo powoli ciemny mroczny kolor, nadmiar ciepła, Okrucieństwo Nienawiść i wydaj Dźwięk Haaaaaaaaaaaaaaaa
- C. Oddychaj Czystą Czerwoną Energią i następnie przekształć ją w Radosną, Miłosną i Szanującą Jakość. Rozłącz Ręce-Dłońmi przykryj Wątrobę- następnie do kolan-Dłonie do góry-Zamknij Oczy uśmiechając się do Serca i czuj jak Radość, Miłość, Szczęści, Ciepłiwość oraz Szacunek wzrastają w Tobie (3-6x).