

Vorbereitung für eine Übung Aura oder Jenseitskontakt (fokussieren)

Sieh dir deinen Übungspartner genau an, und schließe dann die Augen.

Gib gedanklich ein Foto deines Übungspartners in einen Rahmen und stelle das Bild auf einen Tisch. Setze dich nun und betrachte das Bild, während du darauf achtest, welche Botschaften du für die Person wahrnehmen kannst.

Schreibe alles auf.