**Tengerpart**

...és most képzelje el, hogy áll a tengerparton, a víz és a homok találkozásánál...ragyogó nyári nap van...a tenger türkiz színű, lágyan fodrozódnak a hullámok...hallja a víz halk, megnyugtató morajlását...beszívja a sós illatokat..

...itt áll az élet bölcsőjénél...

...a homok különlegesen finom puha, mint a selyem...más miatt is különleges homok ez... a víz a mélyből azokat az ásványi anyagokat mosta ki, és terítette ki a homokkal együtt, amire önnek a gyógyuláshoz, regenerálódáshoz szüksége van...

...csak nyugodtan feküdjön le a finom, meleg, puha homokba...pont olyan a hőmérséklete, ami kellemes a bőrének..biztonságban van itt...néha egy lágy hullám kifut a lábára, kellemesen hűsíti a bőrét...

...csak pihenjen meg az élet bölcsőjénél...a homokban lévő gyógyító ásványi anyagok a pórusain keresztül felszívódnak, átjárják az egész testét, lelkét, ahol szüksége van rá gyógyítják, a tóbbi helyen regenerálják...

...a gyógyító energiák átjárják a csontjait...izmait...ízületeit...szöveteit...bőrét...átjárják a szerveit, szívét...tüdejét...máját...epéjét...hasnyálmirigyét. Átjárják az emésztőrendszerét, harmonizálják az emésztését...erősítik az immunrendszerét..

...a gyógyító ásványok átmossák a veséket..húgyutakat...segítik a méregtelenítést...kimossák a vér és nyirokerekből a salakanyagokat, hogy az életenergiák szabadon áramolhassanak..

...átjárják a nemi szerveket..

..ezek az energiák eljutnak az idegrendszerébe, az agy és gerincvelő állományába...és az egész testét behálózó idegrendszerbe..oldják a feszültségeit..erősítik, ellenállóvá teszik az idegeit...

...ezek gyógyító energiák bejárják a lelkét, lelkének minden zugát, rejtekét...oldják a múltból hozott sebeket, fájdalmakat, gátakat..hogy egyre nagyobb harmóniában érezhesse magát..

Csak pihenjen meg az élet bölcsőjénél...gyógyuljon, töltödjön, regenerálódjon...most egy percig csendben maradok...

...jól van, megpihent, feltöltődött gyógyító energiákkal...ezek tovább hatnak akkor is, ha kijön ebből a képből...hozza el magával testének minden sejtjében ezeket az energiákat...

és most keljen föl , söpörje le a testéről a finom homokszemeket...és a saját ritmusában...a saját útján...és a saját idejében térjen ide vissza...és csak akkor nyissa ki a szemét..ha már teljesen friss...és éber.