

# Lebensenergie auftanken und Selbstheilungskräfte aktivieren



**Monoatomares Gold** - Verjüngung, Langlebigkeit. Bewusstsein erweitern. Seinen Raum wahrnehmen. Luzides Träumen. Blockaden im Traum auflösen. Klarträume, an die du dich erinnern kannst.



**1024 Hz** - Im Einklang mit Familie und Freunden zu leben; Harmonische Beziehungen mit Freunden und Kollegen. Nicht mehr streiten.



**963 Hz** - Erholsamer Schlaf. Ausgewogen schlafen. Reguliert Bio-Rhythmus. Aktiviert Selbstheilung und Serotonin/Glückshormon. Entdecke, wer du wirklich bist, dein wahres Selbst. Werde zu dem, der du wirklich bist.



**852 Hz** - Klarheit - klar im Kopf sein. Beim Autofahren fit bleiben. Synchronisation der Gehirnhälften. Die Situationen aus anderen Perspektiven sehen können; über den Tellerrand blicken. Eigene Grenzen neu definieren/Grenzen hinterfragen. Kopf bleibt klar, kognitive Leistungsfähigkeit. Stärkt Lebensqualität im Berufsalltag. Unterstützt dabei, zentriert zu bleiben. Ausgeglichenheit, Gelassenheit. Inspiration: Kraft, die Ideen, die mit der Intuition empfangen werden, umsetzen zu können. Impulse empfangen, statt mit Logik zu agieren (Impuls-gesteuert, statt Kopf-gesteuert).



**741 Hz** - reguliert Stress (Stress im Zusammenhang mit Elektrosmog, Feinstaubbelastung, Ernährung, Fremdenergien). Zell-Reinigung und -verjüngung. Intuition. Wohlwollende Kommunikation.



**639 Hz** - Steigert dein Selbstwertgefühl. Du bist wieder mit dir selber zufrieden. Selbstliebe, Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein/steigert dein Selbstwertgefühl. Authentisch sein; wer authentisch ist, wird von anderen auch so wahrgenommen und respektiert. Keine Rollen mehr spielen müssen; nicht mehr zuhause „der Brave sein müssen“ oder „vor dem Chef zucken“. Wer authentisch ist, zieht nur noch Menschen/Kunden an, die wie wir selber sind (Gesetz der Resonanz). Dein Leben wird einfacher, wenn du nur noch den Menschen begegnest, die mit dir im Einklang sind. Unterstützendes Netzwerk aufbauen. Kraftvolle Verbindungen und Partnerschaften.



**528 Hz** - Bewusstes erfolgreiches Leben leben. Schöpfer seines Lebens sein (statt Opfer oder Täter), Kreativität, Freude.



**417 Hz** - Erfolgsverhinderungsprogramme, Blockaden, Prägungen, begrenzte Glaubensmuster/Glaubenssätze, alte Glaubenssätze „über Bord werfen“. Intuition wieder haben. Ideen empfangen, statt mit dem Kopf zu entscheiden, intuitiv handeln. Verbindung mit der universellen Energie, Wahrnehmungen (hellfühlen, hellwissen, hellsehen, hellhören) wieder haben. Kraft, die Impulse auch umzusetzen. Ärger von anderen kann dich nicht mehr berühren, da du bei dir bleibst. Kein Groll mehr, den du auf Kunden oder Mitarbeiter übertragen würdest.



**396 Hz** - Erdung. Sorgen und Ängste loswerden. Wir haben mehr Zeit für das Wesentliche, da wir nicht mehr Zeit für Ängste und Sorgen verbrauchen. Schneller und leichter deine Ziele erreichen. Das, was ich tue, soll zu dem führen, was ich mir gewünscht habe, das - nachdem ich es getan habe - als Ergebnis herauskommt.



**Claudia Männer:**  
[aquion-freespirit.de](http://aquion-freespirit.de)