

Checkliste

Aktivierung der Zirbeldrüse

Die wichtigsten Maßnahmen auf einen Blick

Erledigt

Beschäftige dich mit spirituellen Themen, und zwar nicht nur intellektuell, sondern existentiell, mit ganzem Herzen

Stelle deine Ernährung möglichst basisch um und vermeide Zucker, wo es geht

Verzichte auf mit Fluoriden belastete Lebensmittel. Zu fluoridierten Lebensmitteln zählen Speisesalz, Leitungswasser und Milch (Zahnpasten, in denen teilweise auch Fluoride enthalten sind, zählen nicht zu den Lebensmitteln)

Führe eine Darmreinigung durch. Dies ist eine zusätzliche Maßnahme, um möglichst viele Toxine auszuleiten und somit die Leber wirkungsvoll zu entlasten. Zur Ausleitung von Schwermetallen eignet sich die Chlorella-Alge

Führe eine ausgiebige Fastenkur durch (bitte unter ärztlicher Aufsicht)

Trinke täglich 2 bis 2,5 Liter gutes Quellwasser, damit ein großer Teil der gelösten Toxine auch über die Nieren ausgeschieden werden kann

Bemühe dich emotionale Zustände wie Ängste, Schuldgefühle und Gefühle der Nutzlosigkeit und Sinnlosigkeit zu überwinden

Betreib geistige Hygiene, vermeide Stress, Sinnesüberreizungen und vor allem „dunkle Themen“; hier kann dir Meditation eine Hilfe sein

Reduziere die W-LAN-Strahlung so gut wie möglich. Wenn du auf W-LAN nicht verzichten kannst, dann schalte zumindest in der Nacht den Router ab

Checkliste

Aktivierung der Zirbeldrüse

Entferne dein Handy aus dem Schlafzimmer oder bewahre es zumindest einige Meter von deinem Bett entfernt auf. Haltet euren Schlafplatz auch sonst möglichst von elektrischen Geräten frei

Versucht eine geregelten Schlafrhythmus einzuhalten und spätestens um 22 Uhr ins Bett zu gehen (auch am Wochenende).

Vermeidet konsequent die letzten zwei Stunden vor dem Einschlafen TV, Computer oder das Handy zu benutzen.

Bittet Euer höheres Selbst und Euren Körper um eine nächtliche Eingabe, an die Ihr Euch am nächsten Morgen noch erinnern könnt. Eingaben im Sinne von Zeichen, Hinweisen usw., die Euch auf Eurem spirituellen Weg von Nutzen sind

Schaut Euch erfreuliche Bilder an, die Ihr beispielsweise in Büchern, Reiseprospekten usw. findet. Nachdem Ihr das Licht ausgeschaltet habt, suggeriert Euch Situationen, Dinge usw., die Ihr Euch erwünscht. Stellt Euch vor, Eure Traumwünsche hätten sich bereits erfüllt

Das Wichtigste ist und bleibt allerdings Euer Schöpfungspotenzial – worauf ich auch in meinem eBook „Die Macht der Zirbeldrüse“ hinweise. Je leichter es Euch fällt, aus diesem Potenzial zu schöpfen, desto weniger Hilfsmittel braucht Ihr einzusetzen.

Me Agape

Euer

Dieter Broers