

# NeioniCard Ritual

## zur Verbesserung der Schlafqualität



Halten Sie vor dem Schlafengehen, die NeioniCard mit der linken Hand an der linken Spirale.

Heißen sie alles Erlebte des vergangenen Tages nochmals willkommen.

Lösen Sie sich von allen auftauchenden Urteilen und Bewertungen des Erlebten.  
Lassen Sie alles „gut sein“ und los.



Nun schließen Sie den Energie-Kreis,  
indem Sie die Card, mit beiden Händen an den Spiralen halten.

Wandern Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit, vom Scheitel bis zur Sohle durch Ihren Körper.

Atmen Sie dabei tief in den Bauch ein und gaaanz laaangsam aus.  
Mit jedem Einatmen, werden nun schädliche Informationen neutralisiert  
und mit jedem Ausatmen, aus Ihrem System entfernt.

Wiederholen Sie diesen Atemzyklus, bis sich spürbare Ruhe und Gelassenheit im Körper ausbreiten.

Abschließend, bitten Sie Ihr ursprüngliches und wahres Wesen,  
während des Schlafes, klärend, heilend und lösend an Ihren aktuellen Anliegen zu arbeiten.

Bedanken Sie sich und legen Sie die NeioniCard während der Nacht neben oder unter Ihr Bett.