

## **Deutscher Text zum Video mit Anita Willoughby (Übersetzung Waltraud Riegger-Krause):**

Hallo und willkommen hier in New York City.

Es ist der zweite Tag, an dem wir aufgefordert sind Distanz zu halten. Zusammen mit meiner Assistentin Maddy haben wir Spaß, diese Aufnahmen zu machen. Ich möchte heute über einen speziellen Detox Strom reden, der uns hilft, uns zu reinigen indem er den Lungen und den Nieren hilft. Er ist sehr einfach.

Lege deine rechte Hand über die linke Schulter an **Sicherheitsenergieschloss Nr. 11 und 3**. Die 11 hilft überschüssiges Gepäck zu entladen, loszulassen was wir nicht mehr brauchen und sie hilft den Därmen. Sie entgiftet den Körper.

Das Halten der 3 unterstützt die Lungen und verhindert, dass sich unsere Einstellungen durch den Körper bewegen, sie harmonisiert also Angst und Sorgen.

Die andere Hand wird links unter den unteren hinteren Rippenbogen gelegt an **SES 23**. Mary nannte sie den Wächter über unser Schicksal. Sie liegt in der Mitte des Rückens und hilft den Nieren, den Nebennieren, Milz, Bauchspeicheldrüse und Magen und der Leber und Gallenblase. Hilft Verdauen, Verdauen von neuen Erfahrungen, denn wir wissen momentan nicht, wohin uns die Situation führen wird. Wir schauen Tag für Tag wie es weitergeht.

Bleibe in dieser Position für 3 bis 5 Minuten. Wenn wir so weit sind, bewegen wir die linke Hand zur **linken 15 in der Leiste**.

15 bedeutet Freude und Lachen. Wie ihr wisst ist Lachen die beste Medizin, sie hilft dem Blutkreislauf und der Zirkulation aller Flüssigkeiten im Körper. Wir bestehen zu 80 - 85 % aus Wasser. 15 unterstützt dabei die Nieren, das Wasser Element zu reinigen. Wir halten es auch wieder 3 - 5 Minuten.

Dann bewegen wir die rechte Hand zum linken **Sicherheitsenergieschloss Nr. 6** direkt im Fußgewölbe. Wir legen einfach die ganze Hand auf die linke Fußsohle.

6 unterstützt Gleichgewicht und Harmonie. Das ist die Zone, durch die auch der Nierenstrom fließt, um die Unreinheiten des Körpers zu reinigen und hinaus zu spülen und die Angst loszulassen. Durch die Angst werden wir wie gelähmt und es kann keine Bewegung im Körper mehr stattfinden. Das ist ein einfacher Detox – Strom.

Den könnt ihr auch auf der anderen Seite machen, wir werden ihn jetzt im Schnelldurchgang auf der anderen Seite anwenden.

Wir legen die linke Hand auf die rechte 11 und 3, oberhalb des Schulterblatts, die rechte Hand geht an die linke 23, unterhalb des Rippenbogens. Danach geht die rechte Hand in die Leiste zu SES 15.

Die linke Hand bewegt sich zu SES 6 in das Fußgewölbe.

Ein einfacher Detox Strom. Man kann entweder nur eine Seite strömen oder beide Seiten nacheinander. Hilft entgiften und die Angst loszulassen. Hilft uns zu entspannen, damit wir atmen können. Die beste Art zu heilen ist durch Atmen, Ausatmen und Bewegung.

Das ist alles für heute. Es ist eine Zeit in der wir uns Fragen über das Immunsystem stellen, was ist Immunität, wie stärken wir unser Immunsystem.

Danke, dass ihr dabei wart.