

## Vorwort

Mein Bestreben ist es, den Menschen auch einfache energetische Tipps und Anleitungen mitzugeben.

Meine Auffassung, meine Philosophie und auch mein Wissen von meinen Ausbildungen ist, dass alles Energie ist bzw. eine bestimmte Schwingung oder Frequenz hat. Daher ist es für mich ganz logisch, dass Energiearbeit über die Ferne und natürlich auch für sich selbst funktioniert.

Meine Empfehlung: Mache vor dem Impftermin – vielleicht am Abend vorher – die "Vorbereitung" und direkt oder am Abend nach dem Termin die "Ausleitung".

Am Ende findest du noch ein paar Tipps für die physische Unterstützung deines Körpers sowohl für die Ausleitung als auch für den raschen Wiederaufbau des Immunsystems und ein paar FAQ.

## Energetische Vorbereitung vor dem Termin

### Einstimmung

Setze dich oder lege dich hin und stelle dir eine **Lichtsäule** vor, deren Durchmesser mindestens so groß ist, wie du lang bist. Sie darf auch so groß werden wie das Zimmer, in dem du dich aufhältst. Diese Lichtsäule geht bis in den Erdmittelpunkt bis hinauf in die göttliche Urquelle, in das Licht allen Seins. Stell dir dabei vor, dass alles, was sich aus deinem Energiefeld lösen darf, von dieser Lichtsäule aufgenommen und transformiert wird.

Mache ein paar tiefe Atemzüge und komm ganz bei dir an. Alles, um dich herum ist nebensächlich. Jetzt ist deine Zeit. Wenn du bereit bist, startest du:

### 1. Reinigung deines Energiefeldes, deiner Aura

- Atme Licht ein (über dein Kronenchakra, über deine Nase) und atme alles aus, was nicht zu dir gehört, was dir nicht mehr dienlich ist.
- Mach dies für mehrere Atemzüge. Vielleicht kannst du "sehen", wie dein Energiefeld immer heller wird, oder spüren, wie du dich immer leichter und reiner anfühlst.

### 2. Fluten mit weiß-goldenem Licht

Lasse mit jedem Atemzug weiß-goldenes Licht fließen in deine ...

- ... Knochen, Gelenke, Knorpel
- ... Muskel und Sehnen
- ... Nervenbahnen

## 3. Fluten mit rot-goldenem Licht

- ... aus deinem Wurzelchakra\* für dein Blut (als Flüssigkeit gesehen, nicht die Adern als solches, die kommen später)  
\*) Energiewirbel/-zentrum am Ende des Steißbeins

## 4. Fluten mit blau-goldenem Licht

- ... aus deinem Solarplexus\* für die Lymphflüssigkeit  
\*) Energiewirbel/-zentrum in der Kuhle oberhalb des Magens, also unterhalb wo der 3. letzte Rippenbogen an der Brustbeinspitze andockt

## 5. Fluten mit diamantfarbenem-goldenem Licht

- ... in deine Organe, um deine Organe – geh sie alle durch: Herz, Lungen, Leber, Galle, Magen, Bauchspeicheldrüse, Nieren, Nebennieren, Milz, Blase, Darm (Zwölffingerdarm, Dünndarm, Dickdarm), deine weiblichen bzw. männlichen Geschlechtsorgane ...
- ... alle Gefäßwände von den Organen, von den Blut- und Lymphgefäßen ...
- ... alle Schleimhäute – Stirnhöhlen, Nasennebenhöhlen, Nase, Rachen, Speiseröhre, Luftröhre, Bronchien, Lungenästchen, Darm, Vagina, ... was immer dir da noch so im Körper einfällt. Alles, alles.

## 6. Fluten mit weißem Licht

- ... deines Gehirns
- ... deines 3. Auges (zwischen den Augenbrauen) – beides wichtig für den Zugang zu deinem Bewusstsein

## 7. Abschließen

- Atme noch einmal Licht in dein gesamtes Energiefeld, in deine Aura, in deinen Körper.
- Spüre nach und bedanke dich bei deinem Schutzengel, Geistführer ...
- Kraft unseres göttlichen Funkens darfst du das Serum, das du bekommen wirst, segnen, wenn du möchtest.
- Atme noch ein paar tiefe Atemzüge und komm wieder ganz bei dir an.

## Energetische Ausleitung nach dem Termin

### Einstimmung

Setze dich oder lege dich hin und stelle dir eine **Lichtsäule** vor, deren Durchmesser mindestens so groß ist, wie du lang bist. Sie darf auch so groß werden wie das Zimmer, in dem du dich aufhältst. Diese Lichtsäule geht bis in den Erdmittelpunkt bis hinauf in die göttliche Urquelle, in das Licht allen Seins. Stell dir dabei vor, dass alles, was sich aus deinem Energiefeld lösen darf, von dieser Lichtsäule aufgenommen und transformiert wird.

Mache ein paar tiefe Atemzüge und komm ganz bei dir an. Alles, um dich herum ist nebensächlich. Jetzt ist deine Zeit. Wenn du bereit bist, startest du:

### 1. Fluten deines Energiefeldes, deiner Aura

- Atme weiß-goldenes Licht ein (über dein Kronenchakra, über deine Nase) und atme alles aus, was nicht zu dir gehört, was dir nicht mehr dienlich ist.
- Mache dies für ein paar Minuten. Vielleicht kannst du "sehen" oder wahrnehmen, dass sich etwas verändert, vielleicht auch was sich verändert.

### 2. Fluten mit perlmutter-farbenen Tetraeders

- ... in deinem ganzen Energiefeld, im feinstofflichen wie im feststofflichen Körper- und Energiesystem
  - Tetraeder sind Pyramiden mit dreieckiger Grundfläche und somit auch mit nur 3 dreieckigen Seitenflächen.
  - Perlmutter ist ein sehr sanftes Licht, cremefarben mit lauter Sprenkeln aus allen anderen Farben.
- Stelle dir tausende und abertausende Tetraeder vor, die alles, was deinem Körper schadet, nicht dienlich ist, aufspüren - wie wenn dein Energiesystem in einer Waschmaschine liegt, die Tetraeder sind das Waschpulver und du wirst aufgeweicht.
- Mache dies für ein paar Minuten. Du wirst merken, wann es soweit ist und du mit der Aus-/Ableitung starten kannst.

### 3. Ausleiten/Ableiten

- Atme während dieser Phase ständig diamant-goldenes Licht ein und alles aus, was nicht in dein Körper- und Energiesystem gehört – und zwar zur jeweiligen Ausleitungsstelle.  
Ich arbeite in der Regel mit 4 Ausleitungsstellen:
  - Fußsohlen
  - Einstichstelle der Injektion (in den meisten Fällen der Oberarm)
  - Halsansatz (= Biegung vom Hals zu den Schultern)
  - Kopf (Gehirn, Scheitelbeine)
- Stell dir vor, dass an der jeweiligen Ausleitungsstelle ganz sanft ein energetischer Absaug Schlauch aufgelegt wird. Es wird alles abgesaugt in die göttliche Urquelle und dort transformiert. Unterstütze dies durch deine Atmung.

- Es kann die o.g. Reihenfolge sein. Wenn du jedoch wahrnimmst, dass für dich eine andere Reihenfolge passender ist, dann mache dies nach deinem Gefühl.
- Wichtig ist die Licht-Atmung, weil dein Körper- und Energiesystem gleichzeitig wieder mit Licht geflutet wird.

## 4. Abschließen

- Atme noch einmal weiß-goldenes Licht in dein gesamtes Energiefeld, in deine Aura, in deinen Körper.
- Spüre nach und bedanke dich bei deinem Schutzengel, Geistführer ...
- Atme noch ein paar tiefe Atemzüge und komm wieder ganz bei dir an.

## Empfehlungen für die physische Unterstützung

Es erscheint mir sehr wichtig, nicht nur den Körper bei der Ausleitung bzw. Entgiftung zu unterstützen, sondern **generell für ein starkes Immunsystem zu sorgen**. Faktoren für einen aus dem Gleichgewicht geratenen Säure-Basen-Haushalt können z.B. Stress, Ängste, Ernährung, Umweltverschmutzung, Schadstoffe, zu wenig Bewegung u.ä. sein. Die Folge kann dann eine Erkrankung sein.

Denn wenn der Körper hauptsächlich damit beschäftigt ist, sein Blut in dem richtigen Ph-Wert zu halten, also überschüssige Säure abzubauen, hat er dann im Ernstfall vermutlich nicht mehr so viel Kraft, sich um einen Angriff auf sein Immunsystem zu kümmern.

Grundsätzlich gilt: Wenn es dem Körper zu viel wird, braucht er eine Auszeit. Und die sollten wir ihm dann auch geben! Und ihn mit guten Produkten und Lebensmitteln unterstützen sowie das Immunsystem stärken - am besten schon präventiv.

- **Silicea Gel** ... über Silizium kann man viel über Ausleitung nachlesen. Silicea ist in den meisten Drogeriemärkten erhältlich, auch online zu finden. Ich empfehle das Gel, weil es dann schon in den Mund-/Rachen- und Speiseröhrenschleimhäuten wirken kann.
- **Chlorella** ... eine Alge, die neben ihrer immunmodulierenden Wirkung auch die natürliche Entgiftungsfunktion sowie bei der Geweberegeneration unterstützen kann. ... die hochwertigste Chlorella, die ich kenne, ist die von [Platinum Europe](#).\*)
- **"Best of Greens"** ... Ein Pulver aus einer Vielzahl an verschiedenen Gräsern u.a. wertvollen Pflanzen, reich an Enzymen und Mikronährstoffen. Ebenfalls von [Platinum Europe](#).\*)
- ausreichend **Vitamin D, Vitamin C, Magnesium, Zink, Selen**. Achten Sie auch hier auf Qualität!
- **Essentielle Aminosäuren**, z.B. "MAP" ebenfalls von [Platinum Europe](#) \*), unterstützen den Körper im Aufbau von seiner diversen Eiweißstrukturen - u.a. auch Hormone, Enzyme, Haut-, Knochen-, Schleimhautzellen.
- **Glutathion** ... Mangel kann den Körper grundsätzlich anfälliger machen. Dieses wird in der Leber gebildet, kann somit die Leber in ihrer Entgiftungsarbeit unterstützen und ist zudem ein kraftvolles Antioxidans. (erhältlich bei gut sortierten Nahrungsergänzungsmittelanbietern)

- **Quercetin** ... ist ein Polyphenol, kommt in Lebensmitteln vor (Zwiebeln, Brokkoli, Grünkohl, diverse Beeren), entzündungshemmende, antioxidative auch blutdrucksenkende Wirkung. (erhältlich bei gut sortierten NEM-Anbietern). Auch hier weise ich gerne wieder auf die Produkte von [Platinum Europe](#)\*) hin, die genau diese Lebensmitteln enthalten.
- **Ernährung** ... vermeide Zucker (außer Honig in den Tee, wenn man mag), vermeide tierische Produkte (Fleisch, Fisch, Milchprodukte aller Arten) und industriell hergestellte Nahrungsmittel. Viel gedünstetes Gemüse essen, Gemüsebrühe für die Elektrolyte und vieeeeel Wasser (still, keine Kohlensäure-haltiges!) trinken!  
**Zucker ist wirklich Gift in der Phase der Rekonvaleszenz.** Das hab ich selbst immer wieder wahrnehmen dürfen.
- **Bewegung und frische Luft** ... ist im Grunde wie eine natürliche Reinigung für deine Aura.

\*) Ich bin Beraterin für Produkte von [Platinum Europe](#). Ich esse u.a. die oben genannten Produkte und andere Gründrinks seit mehr als 2,5 Jahren und war seitdem nicht mehr krank. Selbst eine Verkühlung ist da schnell wieder weg.

## Anmerkung - Aufruf:

**Die Liste ist sicher nicht vollständig !!! Das sind Möglichkeiten!**

**Eigenverantwortung und Selbstinitiative sind gefragt! Google, recherchiere selbst! Es gibt wirklich viele und gute Informationen im Netz zu finden. Erkundige dich, frage andere, tausch dich aus! Vergleiche, spüre dich rein und dann entscheide für dich!**

## FAQ

### - Warum soll man eine Vorbereitung machen?

Meine Wahrnehmung und Überzeugung ist, dass eine gewisse Flutung mit Licht den Körper schützen und gut vorbereiten kann. Sonst würde ich es nicht machen bzw. anbieten. Probiere es aus! Und ganz salopp gesprochen: Hilft's nix, so schadet's nix.

### - Ich kann nicht visualisieren.

Alles gut. Bleib in deiner Wahrnehmung und im Vertrauen. Sag zu dir: "Kraft meiner Gedanken, Kraft meines Bewusstseins fließt ... – z.B. gold-weißes – Licht in mein Energiefeld." Genau so geschieht es.

---

## - Was ist "Fluten"?

Es ist eine Form von "Licht atmen". Du bittest um das entsprechende Licht oder die Lichtsymbole (z.B. Tetraeder) und lässt es in dein Energiefeld, in dein Energie- und Körpersystem fließen. Du kannst es durch dein Atmen aktiv unterstützen.

---

## - Mein C-Impftermin liegt schon länger zurück. Kann ich die Ausleitung trotzdem machen?

In der Regel ja, wenn es deine 1. oder 2. C- Impfung war. Du kannst in jedem Fall selbst eine Ausleitung nach meiner oben beschriebenen Anleitung machen. Wenn du dann immer noch das Gefühl hast, es braucht Unterstützung, dann kontaktiere mich gerne und wir "schauen", was wir tun können bzw. dürfen.

---

## - Ich habe bereits die 3. C-Impfung erhalten und noch keine Ausleitung gemacht. Kann ich einen Termin bei dir buchen?

Wahrscheinlich ja. Ich muss allerdings die Geistige Welt um ihr JA "fragen". Es kann dann sein, dass wir noch eine Ausleitung machen dürfen oder aber es liegt der Fokus auf einem Thema für deine Bewusstseinsentwicklung.

In jedem Fall kannst du selbst eine Ausleitung nach meiner oben beschriebenen Anleitung machen. Wenn du dann immer noch das Gefühl hast, es braucht Unterstützung, dann kontaktiere mich gerne und wir "schauen", was wir tun können bzw. dürfen.

---

## - Ich hab nach der Impfung Fieber.

Im Grunde genommen ein gutes Zeichen. Der Körper arbeitet und möchte die Fremdkörper wieder loswerden. Bei jeder Entzündung, bei jeder Virusinfektion ist das ein Schutzmechanismus des Körpers.

### Was kannst du tun?

- Lasse indigo-grün-goldenes Licht in dein Körper- und Energiesystem fließen. Atme indigo-grün-goldenes Licht ein und lasse es dorthin fließen, wo der Körper es gerade braucht. Bleib in deiner Wahrnehmung, bis du merkst, es ist genug. Das kannst du gerne wiederholen!
- Arzt kontaktieren!



---

## - Ich habe nach der Impfung Kopfweg.

Für mich ein Zeichen, dass der Körper arbeitet, er ist schwer beschäftigt. Die Energie ist offenbar vorrangig im Kopfbereich.

### Was kannst du tun?

- Lasse indigo-grün-goldenes Licht in dein Körper- und Energiesystem fließen. Ganz besonders in deinen Kopf. Bei jedem Einatmen atmest du dieses Licht ein, schickst es in den Kopf. Und bei jedem Ausatmen schickst du die überschüssige Energie hinunter in die Füße.

Am besten du machst das im Sitzen. Wenn du liegst, tust du dir in der Regel leichter, wenn du die Füße aufstellst.

Mach das für eine Weile, bis du merkst, es wird leichter. Bleib dann noch eine Weile dran.

Gehe kurz vor die Türe, atme frische Luft und nimm bewusst Kontakt mit der Mutter Erde auf.

- Auch ätherische Öle können helfen - Lavendel, Pfefferminze z.B.
- Arzt kontaktieren!

---

## - Ich habe nach der Impfung Muskelzucken.

Auch das ist vermutlich ein Zeichen des Körpers, dass er arbeitet.

### Was kannst du tun?

- Schicke jedes Mal, wenn das Zucken auftritt, grün-goldenes Licht hin und ein paar perlmutt-farbene Tetraeder und bitte um Unterstützung und Heilung. Wenn das Zucken an unterschiedlichen Stellen ist, dann flute dein ganzes Energie- und Körpersystem noch einmal mit den perlmutt-farbenen Tetraedern. Mach die Punkt aus der Ausleitung noch ein paar Mal.
- Arzt kontaktieren und Nebenwirkung melden!

---

## - Ich habe die Vorbereitung und die Ausleitung gemacht und trotzdem Nebenwirkungen.

Das tut mir sehr leid. Jeder Mensch ist anders, jeder Mensch ist einzigartig. Daher reagiert auch jeder Mensch anders auf eine Krankheit oder eine Impfung bzw. Injektion.

### Was kannst du tun?

- Vielleicht machst du die energetische Ausleitung noch einmal.
- Du kannst auch gerne einen Termin bei mir buchen.
- In jedem Fall Arzt kontaktieren und Nebenwirkungen melden!

## Hast du noch eine Frage?

Lasse sie mich wissen. Ich versuche, dir eine Antwort zu geben!

Solltest du dir unsicher sein, ob die Ausleitung funktioniert oder ausreichend war, oder wenn Themen (z.B. Ängste, Zweifel, Bilder, Emotionen) auftauchen, bei denen du Hilfe benötigst, kannst du gerne eine Energiearbeit bei mir buchen. Ich freu mich auf dich.

Kontakt mit mir aufnehmen ... [www.ajelua.at](http://www.ajelua.at)

### **WICHTIGE Anmerkung:**

**Diese Anleitung kann nach meiner Wahrnehmung und meinem Verständnis für Energie und Schwingung bei der energetischen Ausleitung unterstützen. Die bisherigen Rückmeldungen sind sehr positiv. Trotzdem kann und darf ich dir nichts versprechen.**

## Nachwort

Eine meiner Hauptaufgaben hier in diesem Leben ist die Energiearbeit mit Fokus auf Bewusstseinsentwicklung und -erweiterung, auf Schwingungserhöhung und Rauslösen aus diversen Ängsten, Themen und Mustern aus Vorleben (= persönliches Energiefeld/ Karma) von Ahnen (= Familien-Energiefeld/-karma) sowie auch letztendlich aus Kollektivthemen.

Bei der ersten bis dritten C-Impfung darf ich meistens auch Bewusstseinsthemen mitbehandeln, wie schon eingangs erwähnt. Daher darf ich die Ausleitungen ggf. auch persönlich machen. Jedoch nicht mehr für weitere "Booster-Impfungen".

Denn ich möchte bzw. soll meine Zeit den Menschen zur Verfügung stellen, die an ihren Themen und ihrer Bewusstseinsentwicklung arbeiten möchten. Ich hoffe, du verstehst das.

Alles Liebe und Gute von Herzen! Schau auf dich, bleib' gesund.

**P.S.: Du darfst die Anleitung auch gerne weitergeben. Doch – um die Energie nicht zu brechen – gib immer auch die Quelle an: AJELUA - der weg zum sein. Danke!**

## Kontakt

Petra Lindner  
AJELUA – der weg zum sein  
+43 699 11990799  
[www.ajelua.at](http://www.ajelua.at)

Link zu meinem Webshop bei Platinum Europe:  
<https://platinumeurope.biz/ajelua>