

*(Ich zünde eine Kerze an und stehe bequem)*

**Mein lieber physischer Körper.**

**Bitte nimm Dir bei der Nahrungsaufnahme nur das heraus,  
was Du wirklich brauchst.**

**Alles andere leite Bitte einfach nur durch. Das bekommt uns besser.**

**Wir brauchen nicht so viele Fett- und Wasser-Depots.**

**Wir wollen auch keine körperfremden Chemikalien oder andere Gifte in  
diesem Körper speichern.**

**Ebenso wollen wir keine Stoffe einlagern, die diesen Körper sauer machen.**

... weiter bei zunehmenden Mond >>> 😊

**Bitte leite all diese Dinge einfach nur durch.**

**Und bitte achte darauf, dass Du Dein Gewicht nicht erhöhst.**

... weiter bei abnehmenden Mond >>> 😊

**Bitte baue all diese Dinge ab und leite sie aus.**

**Und bitte reduziere dabei auch Dein Gewicht.**

**Und dafür danke ich Dir.**

**So sei es!**

*(... und lösche die Kerze)*