



Heil und Energie Übertragung in das Gewässer

Meditation in Verbindung mit einem Bergkristall

Verharre für die Heilübertragung nahe am Gewässer und mache es Dir gemütlich. Komme zur Ruhe, spüre Deinen Atem, zentriere Dich.

Wenn Du magst, vereinige alle Deine Chakren zu einem und gehe dann in dieses vereinigte Chakra (im Herzchakra oder Solarplexus). Von dort aus dehne Dich in alle Richtungen aus wie eine große, leuchtende Sonne.

Spüre die Energie deiner leuchtenden Sonne ganz bewusst.

Nimm jetzt Deinen Bergkristall in Deine Hände. Lenke Deine innere Aufmerksamkeit auf Dein inneres Licht - deine innerliche Sonne. Spüre auch die warme Sonne auf Deiner Haut, atme die wohltuende Luft und höre oder siehe mit Deinem inneren Auge auch das vor dir fließende beruhigende und plätschernde Gewässer. Nimm Dir einige Augenblicke Zeit, Mutter Erde mit ihrer Liebe, ihrer Schönheit und ihrer Hingabe zu spüren.

Halte jetzt den Bergkristall in Deinen Händen vor Dein Herzchakra oder stelle Dir einen Kristall in Deinen Händen vor.

Lasse aus Deinem Herzen einen hell leuchtenden Strahl nach vorn zu Deinen Händen mit Deinem Bergkristall wachsen.

Fülle diesen Strahl mit Deiner Liebe, mit Deiner Dankbarkeit und mit Deinem Segen. Wie von allein umhüllt und durchdringt dieser Strahl aus Deinem Herzchakra den Bergkristall, immer tiefer und tiefer. Dein Herzesstrahl und die Energie des Bergkristalls sind nun eins.

Senke jetzt diesen hell leuchtenden Herzesstrahl, der unaufhörlich mit Deiner Liebe durch diesen Bergkristall fließt und ihn umhüllt, ganz allmählich in das vor dir fließende Gewässer. Das Wasser und Dein Herzesstrahl sind nun verbunden. Siehe nun vor deinem geistigen Auge das Heilsymbol in Form einer Zahlenreihenfolge: 305 053 305 503

Nimm Dir dafür einige Augenblicke Zeit.

Lasse dann vor Deinem inneren Auge wunderschöne und zauberhafte Landschaften mit glücklichen Menschen, Tieren und zahlreichen Naturwesen erscheinen.

Nimm Dir auch dafür einige Augenblicke Zeit.

Du spürst, wenn die Heilübertragung beendet ist. Dann ziehe ganz sanft Deinen Herzesstrahl zurück.

Nimm ein paar tiefe Atemzüge, spüre Deinen Körper und sei wieder ganz und gar bei Dir und im Jetzt. Bedanke Dich innerlich bei den Wasserwesen und allen Elementaren, die mitgewirkt haben.

Gesegnet ist Dein Licht auf Muttererde.

Namastè



An'anasha

A ni o'heved o'drach

Meditation ohne einen Bergkristall

*Ich bitte die geistige Welt der lichten Seite um Unterstützung.
Ich bitte dich mein höheres Selbst, dich mit mir zu verbinden, ich möchte mich auch mit dir mein höheres Selbst verbinden.*

3x Tief ein und aus Atmen

Mit der Zustimmung meines höheren selbst, bitte ich um Übertragung der Energien zur Aktivierung der Energetisierung von diesem Gewässer.

Tief ein und aus Atmen

Ich bitte um Schutz vor negativen Einflüssen und Reinigungen von eventuellen negativen Energien.

Tief ein und aus Atmen

So soll es sein!

Führe deinen Fokus auf deine Hand innen Flächen.

Tief ein und aus Atmen

*Die linke Handinnenfläche ist die Empfangende, sie zeigt dir an, ob du in Verbindung bist
Die rechte Handinnenfläche ist die Aussendende, sie zeigt an, ob Energien Übermittelt werden*

Schließe nun deine Augen und lasse die Energien wirken.

Tief ein und aus Atmen

Wenn du Kontakt hast, spürst du es in Form von Kribbeln oder Wärme in den Handinnenflächen.

Bitte dein Höheres Selbst, dir dabei zu helfen.

Tief ein und aus Atmen

Sei entspannt und fühle dich Wohl, und spüre die Energien

Tief ein und aus Atmen

Beginne nun, die Energien ins Wasser zu übertragen, indem du die Energien in deinen Handinnenflächen Zirkulieren lässt (leichtes Kribbeln) und Gedanklich in das Gewässer überträgst.

Lass die Energien ins Wasser eintreten, lasse sie frei fließen. Fühle dich dabei frei und Wohl.

Tief ein und aus Atmen

Versuche nun ein wenig (1-5Min) auszuharren.

Dann öffne wieder deine Augen und lasse es Ausklingen.

Atme tief ein und aus, und kehre in das jetzt zurück.

Gesegnet ist Dein Licht auf Muttererde.

Namastè



An'anasha

A ni o'heved o'drach