

Meditation für Frieden und Heilung

- Schließe die Augen, entspanne Dich und geh in eine leichte Trance, hinein in Deine innere Welt, wo alles möglich ist. Suche in dieser inneren Welt einen Platz auf, wo Du Dich sicher und geborgen fühlst.
- Geh mit Deiner Aufmerksamkeit zu Deinem Herzen, tauche in Dein Herz ein und spüre die Kraft und Energie Deines Herzens, das Dein stärkster Sender ist. Dein Herz hat ein 5000x stärkeres elektromagnetisches Feld als das nächste Organ, das Gehirn.
- Lasse in Deinem Herzen eine goldene Lichtkugel entstehen, eine Sphäre. Bitte das höchste Schöpferbewusstsein, diese Sphäre mit bedingungsloser Liebe, mit Frieden und mit Heilung zu füllen – nimm wahr, sieh, höre, spüre oder stell Dir vor, wie das geschieht und beobachte auf Deine Weise, wie sich die Sphäre mehr und mehr füllt
- Dann ist die Sphäre voll mit bedingungsloser Liebe, mit Frieden und mit Heilung und Du dehnt die Sphäre aus, lässt sie größer und größer werden, bis sie Dich vollkommen umschließt
- Die goldene Sphäre erfüllt Dich mit der bedingungslosen Liebe, dem Frieden und der Heilung – sie löst Deine Angst sanft und liebevoll auf, schafft Frieden in Deinen Gedanken und heilt Deinen Körper
- Und dann ist Deine Heilung vollständig initiiert und läuft selbstständig auch ohne die Sphäre weiter - so schicke nun die goldene Sphäre aus Deinem Herzen los für den Frieden und die Heilung der Welt
- Nimm wahr, wie die Sphäre sich mit den goldenen Sphären verbindet, die von den anderen Meditationsteilnehmern ausgeschickt wurden – die Sphären verschmelzen zu einer, die größer und größer wird, voller Liebe, Frieden und Heilenergie
- Die vereinte Sphäre ist nun so groß, dass sie Deine Stadt, Deinen Ort komplett einhüllt und allen Menschen, die es zulassen, Liebe und Heilung schenkt und sie mit Frieden auflädt... und sie dehnt sich weiter aus
- Die goldene Sphäre ist jetzt so groß, dass sie Dein ganzes Land umgibt, und Du beobachtest, wie sie den Menschen dort Liebe und Frieden ins Herz gibt und ihnen Heilenergie schenkt
- Nimm wahr wie die goldene Sphäre noch größer und größer wird, bis sie die ganze Erde umgibt – die Sphäre erfüllt nun alle Menschen, die dafür offen sind, mit Liebe, löst ihre Angst auf, schenkt ihnen Frieden und Heilung... und Du beobachtest das
- In dem Wissen, dass die Sphäre auch ohne Deine Beobachtung weiterarbeitet, lässt Du sie langsam los, gehst mit Deiner Aufmerksamkeit wieder zurück zu Dir und verlässt Deine innere Welt und nimmst die Liebe, den Frieden und die heilende Energie mit in Deinen Alltag.