



Meditation :: Synchronizität & Frieden

Schließe deine Augen und nimm einen tiefen Atemzug.

Du bist hier und jetzt.

Mit jedem Ausatmen lässt du gehen. Mit jedem Einatmen fülle deinen Körper mit Frieden. Du spürst wie die goldgelben Farben, die du gewählt hast, deinen Körper füllen. Jede Zelle öffnet sich, um das friedvolle goldene Licht zu trinken, das dich die ganze Zeit umgibt. Fülle dich selbst aus mit der Unterschrift des goldenen Lichts, das deinen Frieden symbolisiert.

Mit dem nächsten Einatmen fließt du in deinen Solarplexus. Fühle ihn in deinem Körper: den Ort, an dem deine innere Sonne magnetisch strahlt.

Hier fühlst du ein goldgelbes Licht.

Deine innere Sonne dehnt sich in warmem goldgelben Licht aus und du dehnt dich aus in jeden Teil deines Körpers. Du füllst deinen Körper mit deinem inneren friedvollen Sonnenlicht.

Du füllst dich selbst bis in deine Zehen, deine Arme, bis zu deinem Scheitel. Du strahlst wie die Sonne. Du leuchtest wie ein Stern.

Genieße dein Strahlen. Erinnerung dich wie es sich anfühlt zu strahlen.

Erneuere es. Jeden Tag.

Es gibt nicht länger eine Trennung zwischen dem Licht, der Liebe und dem Frieden. Es wohnt in dir und umgibt dich. Tauche für eine Weile in diese Erfahrung ein, indem du bewusst Frieden wählst, und in dir selbst Frieden schließt.

Schließe Frieden mit alten Erfahrungen, mit deiner Kindheit, mit deinen vergangenen Leben. Du bist nicht allein in diesem Licht. Du bist immer umgeben und geliebt.

Es ist diese sanfte Präsenz eines zusammen-arbeitenden Reichs, das du spürst, wenn du aufwachst, wenn du im Supermarkt einkaufen bist,

während du Zeit mit deiner Familie verbringst oder in einer Menschenmenge.

In deiner Arbeit und überall schließt du Frieden.

Du fühlst dich weit, zentriert, friedvoll und vollständig.
Du bezeugst und schätzt ein.
Die Zeit verlangsamt sich.
Du fühlst absolute Liebe.
Du fühlst dich vollkommen geliebt.
Du bist Frieden.

Du bist herrliche goldene Leuchtkraft: Du bist ein Magnet, du bist nicht getrennt, du warst niemals getrennt, nie verloren, du bist das Licht in Form.

Deine Erfahrung ist einfach eine Flut von Licht: Du bist eine Erweiterung von Licht. Dein Licht dehnt sich aus, dein Licht strahlt, du steckst alles an, um das es geht.

Du weißt es; jeder Teil von dir weiß es, jede Zelle.
Alles, mit dem du in Kontakt kommst, wird von Frieden berührt, alles, das mit dir in Kontakt kommt, wird von Frieden berührt.
Du strahlst wie die Sonne, du bist eine Sonne, du bist ein leuchtender Stern.
Strecke dich aus in den sanften perfekten Sonnenstrahl.

Jetzt verwandelt sich das Licht in deinem Solarplexus von der Form der Sonne in die Form eines Flusses. Ein goldener Fluss strömt durch deinen Körper. Du fühlst dich selbst in dem Fluss der Liebe wie du durch deinen Solarplexusraum treibst.

Der Fluss ist groß, fühle also im Moment einfach wie sehr du eins bist mit deinem Lebensfluss. Fühle deinen Lebensfluss.

Du weißt, dass du, wenn du nicht in deinem Lebensfluss bist, nicht im Frieden bist. In deinem Lebensfluss zu sein ist die Präsenz von Frieden.

Wenn du Frieden vermisst, hast du deinen Lebensfluss verlassen.
Wenn du deinen Lebensfluss verlassen hast, ist die Ruhe vorbei.
Wenn du hierher zurückkehrst, in den Kern deines Lebensflusses, wird der Frieden in dir so mächtig.
Hier zu sein regt deine Liebe an.
Du bist Freude.

Kehre zurück ins Zentrum deines Lebensstroms, in deinen goldenen Fluss des Lebens.
Fließe darin.

Jetzt beginnst du zu realisieren wie es sich anfühlt, wenn du im Zentrum deines Lebensflusses bist.

Du kannst den richtigen Zeitpunkt fühlen, und alles kommt zur richtigen Zeit zu dir.

Du verwirklichst innere Bilder in der äußeren Welt.

Du strömst friedvoll in einem Fluss der Synchronizität.

Die Dinge, die dich normalerweise hinderten, fließen einfach weg.

Alles Bewusstsein ist um dich, alles Bewusstsein ist um dich.

Du bist offen, um zu empfangen.

Du vertraust.

Du bist Frieden.

Du hast den Impuls zu handeln.

Du hast den Impuls zu warten.

Du bist eins mit dem friedvollen Fluss des Universums, der Schöpfung.

Du bist in der Mitte deines Universums.

Hierher wirst du von jetzt an zurückkehren.

Je mehr du deinen Fluss kultivierst, desto mehr wirst du in der Synchronizität leben.

Du bist ein strahlender Hotspot des Friedens.

Ströme und fließe für eine Weile in jeden Bereich deines Lebens.

Fülle jeden Lebensbereich mit diesem friedvollen Licht.

Nun kehre zurück in die Präsenz des Friedens, an die Oberfläche deines Bewusstseins und öffne deine Augen.

Frieden ist ein goldenes Licht in dir, das dich umarmt.

Es ist immer präsent für dich, zu jeder Zeit.

Du erwachst langsam, natürlich. Im Fluss, im Fließen.