



Neuseeland – Wolkendämon

Das geteilte Land

Meditation

Ich begeben mich mit meiner Aufmerksamkeit in mein Herz. Ich stelle mir vor, dass ich durch die Muskelwand des Herzens ins Innere schwebe. Ich nehme diesen Raum als einen großen, geteilten Raum des Lichtes und des Dunkels wahr, schaue mich darin um oder stelle es mir einfach vor - oder lasse einfach die Bilder und Gefühle zu, die jetzt in meinem Bewusstsein aufsteigen.

Ich atme tief aus und ein und öffne mein Herz weit. Ich lasse zu, dass alle Energien meines Körpers in den Boden sinken und mein innerer Raum sich so weit öffnet, dass die Theta-Wellen des Geistes ihn durchströmen können.

Ich sehe eine Landschaft, durch die eine Mauer verläuft - eine hohe Wand, die die eine Hälfte der Landschaft von der anderen trennt. Und ich selbst sitze oben auf der Mauerkrone und kann von dort aus in das linke Land schauen, wo sich Licht, Freude, Wachstum und Geborgenheit zeigen.

Und gleichzeitig, wenn ich meinen Blick zur anderen Seite wende, kann ich ein dunkles Land sehen, horizontlose graue Dunkelheit, da ich nicht sehen kann, wo das Land endet und der Himmel beginnt.

Ich sitze auf meiner Mauer und atme tief, kehre ganz zu mir selbst zurück und lasse zu, dass in dieser Situation alle Gefühle frei fließen können.

Ich schließe meine Augen und fühle nach beiden Seiten. Ich spüre die Aura der lichten Landschaft, die Wärme der Sonne, die dort scheint. Ich spüre die Klarheit des Geistes, der dort weht. Ich spüre die lebendige Vibration der Wesen, die dort leben, wachsen und gedeihen.

Ich spüre die Wärme und die Weite des Landes und höre Klänge - die Lieder des Lebens, die Stimmen der Freude und des Singens. In allen Fließströmen meines Körpers spüre ich das Land im Sonnenschein.

Ich nehme wahr, dass sich mein Körper, mein Herz und alle Fließströme mit diesem Land in Resonanz befinden, dass zwischen mir und diesem Land eine Kommunikation beginnt, ein Austausch, ein Hin- und Herschwingen und -wandern von Gefühlen, Energien und Essenzen.

Ich atme tief aus und ein und lasse dieses Land ganz und gar in mir entstehen. Ich empfangen dieses Land mit all seinen Wesen ganz in mir selbst. Und indem ich tief aus- und einatme, nehme ich wahr, dass mit jedem Atemzug pulsierend ein Teil dieses Landes in mich fließt, mit mir verschmilzt und eins wird.

Weite, lichte, sonnenbeschienene Landschaften, Berge und Wälder, Wiesen mit bunten Blumen, Bäumen und Früchten, munter strömende Flüsse und Bäche sind nun in mir - und ich atme einfach weiter.

Und nun treffe ich die Entscheidung, mich der anderen Seite zuzuwenden, nun von meiner Mauerkrone aus über das dunkle Land zu blicken. Ich atme tief und nehme wahr, dass dort die Dunkelheit aus dem Boden aufsteigt und das Leben verodet hat. Nirgends wächst und pulsiert etwas, da das Dunkel auch die Wasserläufe überzogen hat und sie zu Sumpf werden ließ und zu Rinnsalen. Ich spüre sowohl die Trockenheit des Landes als auch die gestaute Feuchtigkeit der Sümpfe.

Ich fühle, dass die Dunkelheit hinter dem Horizont aufsteigt und über das Land schwebt - es mit einer Nebelwolke des Grauens bedeckt, dass das Dunkel des Himmels und Firmaments jegliche Verbindung zum geistigen Leben erstickt.

Ich öffne meine Poren und meine Ohren, spüre und höre das dunkle Land, nehme das Raunen und die Stimmen der Dunkelheit wahr, das Dröhnen der Angst, das Raunen der Gefangenschaft - aber auch die kalten Stimmen der Krieger und der dunklen Herrscher.

Ich schließe die Augen und kehre zu mir selbst zurück. Ich atme tief, öffne mein Herz erneut weit - und sage: „JA! JA. Auch dieses Land ist in mir und darf in mir sein!“

Ich lasse zu, dass auch dieses Land mit mir kommunizieren kann. Ich öffne mich auch diesem Land und lasse meine Herzensliebe fließen - nicht um es zu erhellen, nicht um es zu heilen, sondern um auch dieses Land in mir selbst zu empfangen.

Ich lasse zu, dass mit jedem Atemzug eine Welle des Dunkels zu mir strömt, in mein Herz, und sich dort veredelt. Ich lasse zu, dass das dunkle Land mit mir, durch mich und in mir in Bewegung kommt.

Die Mauer, auf der ich sitze, beginnt nun langsam zu zerfallen, zu versanden. Mit jedem Atemzug, den ich dem lichten und dem dunklen Lande widme, verblasst die Mauer, verliert an Dichte und Höhe.

Und schließlich sitze ich auf dem Boden der Grenzlinie zwischen diesen beiden Ländern, nehme wahr und lasse zu, dass nun das Dunkel hinüberfließen kann ins Land des Lichtes und das Licht hinüber in das Land der Dunkelheit.

Und indem ich dies zulasse, spüre ich, dass ein Wirbeltanz entsteht und schneller wird, kraftvoller mit jeder Drehung. Große Wellen des Dunkels pulsieren hinüber ins Licht und große Wellen des Lichtes rollen hinüber ins Dunkel.

Immer schneller wird dieser Wirbel, immer größer wird der Tanz der Stimmen, das Stürmen des Lichtes und des Dunkels. Immer weniger kann ich die einzelnen Wesen wahrnehmen, die Energien voneinander unterscheiden.

Immer mehr verändert sich die Natur der beiden Pole. Schwarzblaue und goldgelbe Wellen lassen smaragdgrüne Schimmer entstehen, die sich in kristallinen Blitzen ergießen und das Land überlichten.

Immer mehr verschmelzen die Kräfte in meinem Herzen und immer mehr verändert sich die Welt um mich herum und in mir - während ich selbst einfach nur dort sitze und es zulasse.

KRISTALLMENSCH.NET - SABINE WOLF



INTERNETSCHULE ZUR ZEITENWENDE

Vertiefung dieser Thematik:

Lektion 1 Das eigene Dunkel überwinden,
Lektion 2 Der Planetarische Atem,
Lektion 5 Der Lichtkörper-Prozess,
Lektion 16 Der Tod und das Leben,
Lektion 17 Der Tod und das Sterben,
Lektion 18 – 20 Das Dunkel der Welt,
Lektion 21 Kristallkörper-Prozess

SUCHEN-Funktion:

Herz, Muskelwand, Licht, Dunkel, Bilder, Gefühle, Theta-Wellen, Mauer, Landschaft, Dunkelheit, Wärme, Weite, Klänge, Fließstrom, Resonanz, Essenzen, Kommunikation, Blumen, Bäume, Früchte, Flüsse, Bäche, Sumpf, Rinnsal/e, Grauen, Ohren, Angst, Krieger, Gefangenschaft, Herrscher

Übermittlung: Michael durch Sabine Wolf
Textbearbeitung: Sabine Wolf und Sonja Wallig
12. Juni 2009

Was ihr für uns tun könnt:

Gebt diese Texte und unsere Internet-Adresse bitte weiter und lasst möglichst viele Menschen an unserem Material und euren Erkenntnissen teilhaben. Respektiert unser Urheberrecht an den Texten und verteilt sie in alle Welt - zum Wohle aller. Nutzt dieses Material für eure persönliche Freude und Entwicklung, setzt es aber auch gern für eure beruflichen Zwecke ein und entwickelt es in eurem Sinne weiter. Dafür ist es gemacht. Wir bauen unsere Seite auch in anderen Sprachen auf und suchen daher für die Übersetzung unseres Materials versierte und engagierte Muttersprachler mit sprachlichem Feingefühl. Wir sind für jegliche Hinweise und Vernetzung diesbezüglich dankbar. - Wir fordern kein Geld für unsere Arbeit, sondern schenken sie euch aus vollem Herzen. Wer uns gern ein finanzielles Dankeschön zukommen lassen möchte, kann das über diese Konten tun. Bitte das Wort SPENDE notieren. Herzlichen Dank.

In der Schweiz: Konto 84 - 314 16 - 5 Swiss Post
In Deutschland: Konto 5000 5413 00 BLZ: 27893760 Volksbank Seesen
IBAN: DE66278937605000541300 / BIC-Code: GENODEF1SES

Kristallmensch.net
Freie Internetschule Sabine Wolf

