



Heilende Reise durch die Inneren Organe

Das Ziel und der Gewinn dieser inneren Reise

Die Zeitenwende hat einen elementaren Einfluss auf die Körper und Gesundheit von Menschen, Tieren und Pflanzen. Der Grund liegt darin, dass sich das Energiefeld unseres Lebens auf Erden seit ca. 30 Jahren massiv verändert.

Nach langem Abstieg des Geistes in die Materiewelt, das heißt nach langem Herabtransformieren der Schwingungen des Lebens, nach langem Abbremsen der Geschwindigkeit des Bewegungsspektrums, nach langer Verdunkelung des Lichtes, ist nun der Punkt der Umkehr erreicht.

Alle Körpermaterie strebt nun wieder dem Geiste zu: Die Lebensschwingungen transformieren herauf, die Bewegungen beschleunigen sich und das Dunkel durchlichtet sich.

Diese Heilmeditation unterstützt die Geburt des neuen Lebens in der 5. Dimension, das frei von Krankheit und Leid ist. Sie hilft dir, deine inneren Organe besser kennenzulernen, sie in ihrem Wesen zu verstehen und durch liebevolle Gedanken zu heilen.

Und während du sie liest oder hörst, fließen machtvolle Ströme der Heilung durch deine Organe. Und es ist gleichgültig, ob ein Organ operativ entfernt oder durch ein fremdes ersetzt wurde. Die Aura deines Organs ist immer noch da. Und das spielt die entscheidende Rolle.

Die Meditation

Jedes deiner Organe entstand aus einer geistigen Doppel-Essenz von Licht und Dunkelheit. Jedes Organ birgt daher ein spezifisches Licht-Dunkel-Bewusstsein. Dies beschreiben wir im 5. Kapitel dieser Reihe: **Die Entstehung der Organe**.

Dieses Licht-Dunkel-Bewusstsein ist seit dem Anbeginn zuständig für den dualen Dienst in deiner Körperwelt, des „Gut und Schlecht“, des „Falsch und Richtig“, des Entweder-Oder, der Orientierung und Wahrnehmung, der „Wahl und der Entscheidung“.

Daher ist es mit allen positiven und negativen Eigenschaften ausgestattet, die es für diesen Dienst an der Reifung deiner Seele und deines Verstandes braucht. Jeder Teil deines Körpers, deiner Gedanken und Gefühle hat ein eigenes Bewusstsein, eine eigene Aufgabe und einen eigenen Willen. Jeder Teil trägt das Seine zum großen Ganzen bei, wird beeinflusst und gelenkt - und kümmert sich nicht um das, was die anderen tun. Jeder Teil in dir agiert und reagiert seiner Natur gemäß.

Nur ein kleiner gedankenloser Gedanke, ein unbewusstes Gefühl oder ein fahriges Wille löst tausende Reaktionen in deinem Körper aus. Solange du deinen Herzwille noch nicht aktiviert hast, „wurschteln“ alle Teile deines Organismus in alter Manier miteinander vor sich hin - und nichts ändert sich in deinem Leben.

Regiert, kontrolliert und beherrscht werden sie alle vom Hormonsystem - zumindest solange, bis du dein Leben von ganzem Herzen in die eigenen Hände nimmst und das Hormonsystem von der dritten in die fünfte Dimension führst.

Bereite nun die Heilende Reise durch deine Organe vor, indem du zunächst deine Herzlichtkugel aktivierst.

Lasse im Ausatem alles los, was war, was ist und was sein wird. Lasse alles los, was du über Krankheit und Gesundheit gehört hast und zu wissen glaubst. Lasse los, was dich berührt, beruhigt und beunruhigt hat.

Begib dich in dein Herz: einfach indem du dir vorstellst, dass du in dein Herz gehst - dorthin, wo der innere Lichtfunke lodert - in deiner Brust, im Zentrum deiner Körperachse. Indem du beschließt, in den Raum deines Herzens zu gehen, geschieht es von selbst.

Stelle dir vor, du bist in deinem Herzen. Schau dich um in deiner dunklen Kammer voller Chaosenergien. Spuren von Zelltrümmern, Schlacken, Säuren, Giften, die dein Venenstrom mit 8000 Litern pro Tag in deine rechte Herzkammer spült, um sie zur Reinigung an die Lunge weiterzuführen.

Inmitten des Rauschens deines Venenblutes, mitten in dieser Dunkelheit blitzt ein weißes, kristallines Licht auf: dein Gottesfunke, das Licht deiner kosmischen Eltern. Es brennt in deinem Herzen in unverhüllter Form. Doch auch in jeder Zelle und in jedem Organ deines Körpers ist es vorhanden, wenn auch verborgen in einem Mantel verdunkelter Gefühlskräfte.

Hauche deiner inneren Flamme das Leben ein. Atme darauf und stelle dir vor, dass es größer wird. Indem du dies beschließt, geschieht es von selbst.

Dein Herzlicht wird größer und größer, wann immer du darauf atmest und diese Flamme mit deinem Willen und deiner Liebe anfachst. So entsteht mit nur wenigen Atemströmen deine kristalline Herzlichtkugel, die sich ausdehnt. Dein physisches Herz ist darin geborgen. Sie durchstrahlt dein Herzmuskelgewebe und den Brustraum.

Und mit jedem weiteren Atemzug wird diese Lichtkugel größer, bis sie schließlich - nach nur sieben Atemzügen - so groß ist, dass dein ganzer Körper bequem darin liegen kann.

Stelle dir nun vor und fühle es: Du liegst im Licht deiner Herzlichtkugel, die einen Durchmesser von drei Metern misst. Dieses Licht wird, je mehr du atmest, immer dichter und fester, immer fassbarer, irdischer und biologischer. Eine geistige Energie, die mit der Ausdehnung und Stabilisierung zu einem messbaren Lichtfeld wird.

Die Kugel bleibt drei Meter groß - und du atmest noch mehr Licht hinein. Herzlicht, das aus dem Funken im Zentrum strömt und sich spürbar in deinem Körper ausdehnt. Und spätestens jetzt merkst du - und nimmst wahr, dass dies nicht nur ein Herzlichtfunken ist, sondern ein Dimensionstor, durch das du hindurch schreiten kannst in eine andere Realität.

Und du könntest, wenn du wolltest, deine Herzlichtkugel so stark ausdehnen und vergrößern, bis du schließlich die ganze Erde darin eingehüllt hast. Doch hier und jetzt bleibe bei deiner Drei-Meter-Lichtkugel, die du nur für dich selbst aufbaust, nur für deinen eigenen Körper, für dein eigenes Leben.

Nun befinden sich alle deine Organe mit ihrer Dunkel-Licht-Organisation und Angst-Liebe-Struktur in einem so hohen Feld der Wandlung, dass es ein Leichtes sein wird, die festgefahrenen Lebensenergien aus den Klauen von Krankheit zu befreien.

So mache dich mit diesem Ziel auf eine Reise durch deine inneren Organe.

Das Herz

Das Haus der Seele

Lenke nun deine Aufmerksamkeit in dein Herz - im Zentrum deiner Brust. Es ist das Haus deiner Seele. Hier gibt es zwei Kammern, eine Kammer des Zorns, der Härte und Verschlossenheit und eine Kammer der Sanftmut, der Offenheit und Gelassenheit.

Dein Herz ist der Sitz deiner Seele, wo der Lichttempel des Geistes ruht. Diesen hast du nun aktiviert. Dein Herz ist das Zentrum deiner unerschöpflichen Lebenskraft und Menschlichkeit. Dein Herz ist sowohl das Zentrum deines Körpers als auch ein Zentrum des Kosmos - in deinem Leib.

Dein Herz ist der Bahnhof, wo alle großen Reisen in die höheren Welten beginnen und nach der Rückkehr in deine Körperwelt ihr Ende finden. Von hier aus reist du hinaus in das Universum deiner Organe. Und hierher kehrst du schließlich wieder zurück.

Dein Herz wird von **Sonne, Venus und Mars** regiert, denn seine Gefühle sind eins mit deren kosmischen Planetenkräften.

Mars erwartet, dass du deine dunklen Herzgefühle respektierst. In dem Maße, da du Zorn, Härte und Verschlossenheit annimmst und aufrichtig als einen Teil von dir ehrst, werden sich jene inneren Dämonen und Chaosenergien zurückziehen, die sich aus der verweigerten Macht dieser dunklen Gefühle gebildet haben. So kann die Sanftheit und Entschlossenheit des inneren Kriegers erwachen.

Venus erwartet, dass du dein Herz ebenso ehrst, wie den Zorn und die Liebe, die Härte und die Sanftheit, die Verschlossenheit und die Offenheit - im tiefen inneren Wissen, dass dir diese Kräfte gedient haben, dich vor großem Schmerz zu schützen, auf deinem Weg stark zu werden und viele äußere Einflüsse, die dich von dir selbst trennen wollten, abzuwehren.

Zorn, Härte und Verschlossenheit sind Diener deiner menschlichen Entwicklung. Ehre sie und lasse alle Ströme frei fließen.

Erlaube der inneren Sonne in deinem Herz aufzuleuchten. So kann auch das Licht der äußeren Sonne dich durchdringen. Erlaube der Liebe, in deinem Herzen frei zu werden. Dann kann das Licht der Venus dich berühren und verwandeln. Erlaube dem Zorn aufzusteigen und sich zu veredeln. Dann kann der Mars die Kraft deines Herzens stärken und wahre Vergebung kann fließen.

So wird unweigerlich zwischen deinem Herzen und den Planeten des Universums eine fließende Verbindung entstehen. Es geschieht von selbst. Du musst nichts wissen und nichts tun, sondern einfach nur deinen Herzgefühlen erlauben, frei zu fließen.

Die Lunge

Das Universum des Geistes

Nun wandere mit deiner inneren Aufmerksamkeit zur Lunge in deinem Brustkorb. Atme tief und hoch, sanft und entspannt. Zwei mächtige Flügel des Geistes möchten sich aufschwingen in das Firmament des Lebens, das sowohl außen als auch in dir herrscht.

Sie schmiegen sich schützend um dein Herz, das inzwischen freudig strahlt und deine Lunge vom Boden bis zu den Spitzen beleuchtet.

Hohn und Arroganz, Kontrolle und Intoleranz, Geringschätzung und Verachtung sind die großen dunklen Mantelkräfte, die einst deine Lunge bauten. Nimm sie an. Anerkenne und achte sie. Und dann lasse sie los. Ja, es waren düstere Wesen - Meister des absteigenden Weges einer ganzen Menschheit. Hier und jetzt darfst du sie entlassen, denn ihr Werk ist vollbracht.

Deine Lunge ist so weit wie die Wälder der Erde, so frei wie die hoch auffliegenden Vögel, so lichtvoll wie die Natur der Engel. Hier lebt der Feuerflammenvogel deiner Seele, der frei fließende Geist deiner vollkommenen Natur.

Hier regiert **Merkur** mit der Leichtigkeit des Seins und der Fähigkeit zu Kontakt und Kommunikation, quer durch das Universum hindurch. Allein durch die dunklen Gefühlskräfte ist die Macht deiner Lunge bisher kaum zum Ausdruck gekommen. Und dennoch waren jene es, die den Kern deiner geistigen Macht stärkten.

Ehre und achte diese alten Kräfte. Und verabschiede sie dankbar, damit der Feuerflammenvogel deines Geistes aufsteigen und die großen lichtvollen Kräfte deiner Lunge in dir wachrufen kann: den Respekt und die Demut, die Ehrfurcht und die Toleranz, die Bescheidenheit und den Mut.

Die Leber

Das Kreuz des Lebens: Sucht und Suche

Nun lenke deine Aufmerksamkeit auf deine Leber, die sich vor und unterhalb deiner Lunge von rechts nach links durch den Körper zieht. Rechts der große Leberlappen, links der kleine. Dieses Wesen ist gewachsen und gereift durch die dunklen Gefühlskräfte Ekel und Unglücklichsein, Ärger und Schwermut, Trägheit, Sucht und Maßlosigkeit. Nimm alle diese düsteren Gefühlskinder an und tröste sie auf deine Weise. Dann werden sie sich öffnen und zeigen, was in ihnen steckt. Ihr lichtvoller Kern vibriert in Frohsinn und Mäßigkeit, Freude und Mut, Glück und Leichtigkeit.

Die Leber ist das Organ des Lebens und der Unsterblichkeit. Hier herrscht das Kreuz des Lebens, der ewige Wandel zwischen Sucht und Suche, zwischen Verlust und Finden. Sucht verliert und Suche findet. Hier zeigen sich deine Weltanschauung und der Wert, dem du allem gibst, was dir begegnet. Ekel, Wut und Maßlosigkeit erschufen eine innere Haltung, die deinem Leben den Wert versagte. Mäßigkeit, Frohsinn und Glück sahen in allem, was dein Leben erschuf, einen hohen Wert.

Reise in deine Leber hinein. Spüre und schau, welche inneren Bilder sich dir zeigen. Möglicherweise siehst du ganz andere Dinge als die Leber. Vielleicht Landschaften

oder Räume des Lebens, das Geistbewusstsein deiner Leber, das sich jetzt mit deiner heilenden Aufmerksamkeit in die Wandlung begibt.

Hier regiert **Jupiter**. Erlaube seinen Kräften der Ausdehnung und Öffnung nun frei in deinem Leben zu fließen. Er wird die dritte Dimension deiner Leber in eine sanfte, aber machtvolle Wandlung zur fünften führen.

Respektiere Ekel. Lasse Wut zu. Erlaube dir, die alte Maßlosigkeit noch einmal zu spüren. Lange Zeit haben sie dein Leben gehütet zum Wohle der Entwicklung. Nimm diese Gefühlskräfte an. Denn nur dadurch können sie sich aus ihren Festsetzungen lösen. Dann kann die lichte Macht des inneren Kerns hervorleuchten und das große Gleichgewicht des Lebens wiederherstellen: durch Frohsinn, Mäßigkeit und Freude.

Die Gallenblase

Das Kreuz des Lebens: Selbsthass und Selbstliebe

Lasse alle geistigen, seelischen und körperlichen Ströme fließen, während du deine Aufmerksamkeit nun deiner Gallenblase zuwendest. Sie sitzt vorne unter dem rechten Leberlappen in der Mitte deines Körpers am unteren Rand des Brustkorbs.

Dieses kleine Organ produziert die Bitterstoffe deines Lebens. Raffinierte **Aggressionen, Bitterkeit und Zersetzung, Melancholie und Cholerik** sind die dunklen Gefühlskinder, die finsternen Boten der Wandlung, die im letzten Zeitalter ein Übermaß dunkler Energien aus Selbsthass in deiner Gallenblase erschaffen haben. Nimm es an - in Achtung und Mitgefühl mit dir selbst. Bewerte es nicht.

Nimm deine Gallenblase als ein Judas-Organ wahr: winzig klein im Vergleich zu den anderen, doch von einer großen Zerstörungskraft für deinen Organismus, wenn deine Gefühle für dein eigenes Leben dauerhaft aggressiv sind.

Akzeptiere Aggressionen. Respektiere Selbsthass. Nimm die luziferischen Kräfte deiner Gallenblase in Liebe und Dankbarkeit an. Auch sie sind Wurzelkräfte deines Lebens, ohne die dein Körper nicht existieren könnte.

Selbstrespekt versetzt die dunklen Gefühlswesen in die Lage loszulassen. Erst dann werden die wundervollen, lichtvollen Kräfte des inneren Kerns als das machtvolle Geschenk der Gallenblase in dir frei: die zutiefst empfundene Selbstliebe und Selbstachtung, die Kraft der Verehrung und der Offenheit.

Selbstliebe ist keine Kraft, die dein menschlicher Wille erschaffen könnte. Sie ist ein Lichtsamen in deiner Gallenblase, der dann aufleuchtet, aufflammt und erblüht, wenn du den Mantel von Wut und Selbsthass anerkannt hast.

Pluto und Mars regieren deine Gallenblase. Erlaube diesen beiden, sich ihre geistigen Lichtwege in dein Organ zu bahnen. Sie wird die neue Verbindung zu ihnen genießen. Dein Körper mag Anspannung und Entspannung fühlen, zuckenden Schmerz oder kühles Vibrieren. Ströme dunkler Energien mögen dich im Aufstieg noch einmal durchziehen. Alles ist gut, richtig und vorübergehend.

So befreist du deine Gallenblase vom jahrtausendelangen Joch der Dunkelheit und kannst nun weitergehen und sie ihrer großen inneren Wandlung überlassen.

Der Magen

Das Organ der Kindheit

Begib dich nun sanft zu deinem Magen, dem kindlichen Organ der Liebe und der Angst. Er liegt unter dem linken Leberlappen geborgen in der Mitte deines Körpers.

Hier pulsieren Zärtlichkeit und Erfüllung, Geborgenheit und Großzügigkeit im inneren Kern. Ein machtvolles inneres Licht, das in den vergangenen Zeitaltern allerdings nur wenige Augenblicke erstrahlen konnte. Denn es war die Zeit der Herrschaft des dunklen Mantels, die Zeit der Verlorenheit und der Gier, des Geizes und der Angst.

Respektiere auch dies und nimm es an. Anerkenne den Wert dieser dunklen Gefühlskinder bei der Bildung deines Körpers, selbst wenn dir die Weisheit, die dem innewohnt, noch verborgen ist.

Dein Magen ist dein Kindheitsnest, das Organ der Annahme des Lebens. Hier herrscht die ewige und uneingeschränkte Aufnahmebereitschaft, die bedingungslose Annahme vom allem, was zum Leben gehört. So nahm dein Magen alles auf, was du geschluckt hast - oder schlucken musstest - ob Nahrung oder Schmerz, Trost oder Enttäuschung. Er ist ein passives kindliches Wesen, das alles an- und hingegenommen hat, was das Leben ihm aufgebürdet hat.

Die dunklen Gefühlskinder sind Gier, Geiz und Angst, aber auch Bitterkeit, Enttäuschung und Beleidigtsein, quälender Hunger und Übelkeit, Forderung und Erwartung. Und diese tanzten mit den Gefühlen deiner Eltern und Ahnen.

Nimm wahr, wie stark dein inneres Magenkind sein muss, um alle Bürden und Verluste tragen zu können. Ehre es dafür von ganzem Herzen.

Dein Magen befindet sich in der Obhut von **Mond**, in Geborgenheit, Weichheit und Fürsorge und in der Seele des **Mars**, der Durchhaltevermögen, Kriegerkraft und Beständigkeit dazu gibt.

Erlaube Mond und Mars, ihr Licht in deinem Magen auszustrahlen. Sie werden es tun und dafür sorgen, dass die große lichtvolle Kernkraft deines Magens in dir aufsteigen und wach werden kann. Und ganz von selbst erscheinen die Gefühlskräfte der Zärtlichkeit und Großzügigkeit, der Geborgenheit und Erfüllung, der Gelassenheit und Hingabe in deinem Leben.

Atme sanft. Nimm alles an, was kommen will. Lasse alles los, was gehen will. Erlaube allen Strömen, in deinem Magen frei zu fließen.

Überlasse ihn nun sich selbst und all jenen, die mit ihm sind: Mond und Mars, dein inneres Kind, dein göttlicher Geist, deine hohe Seele, während du weiter gehst auf deiner Reise.

Der Dünndarm

Das Organ der Klarheit und Entscheidung

Deine heilende Reise durch die inneren Organe führt dich nun mit dem Fluss der Nahrung durch den Zwölffingerdarm hindurch in den Dünndarm. Sein Schlauch

schlängelt sich in vielen großen und kleinen Kurven durch deinen Bauchraum und liegt dort wie ein zusammengerollter Igel.

Dein Dünndarm analysiert und zersetzt das Geschluckte. Er nimmt an und gibt weiter, resorbiert und integriert in den Körper, was dieser braucht. Er leitet aus, was deinem Körperleben nicht gut tut, was du nicht brauchst.

Er nimmt den Nahrungsbrei an und entscheidet über Aufnahme und Abgabe der Substanzen. Hier findet die Übernahme von Informationen statt, die deinen Körper verändern: fortentwickeln und kräftigen oder schwächen und kränken.

Dein Dünndarm arbeitet eng mit anderen Organen zusammen und ist von ihnen abhängig: Die fehlende Klarheit deines Verstandes führt ihn zur Unfähigkeit klarer Unterscheidung. Die fehlende Selbstliebe deines Herzens führt im Dünndarm zur unerlösten Gleichgültigkeit. So können heilende Substanzen für deinen Körper verloren gehen, während nicht brauchbarer Abfall übernommen wird.

Der dunkle Mantel des Dünndarms ist entstanden aus den Ur-Gefühlskräften Kummer und Leid, Existenzangst und Unterscheidungsunfähigkeit, Desorientierung und Verwirrung - und brachte diese Energien lange Zeit immer wieder in dein Leben.

Begreife diese dunklen Kräfte als positiv. Nimm sie an und lasse jene Augenblicke deines Lebens erwachen, in denen du in Furcht vor dem Leben gehadert hast, da du voller Kummer und Verwirrung warst: wertvolle dunkle Schritte auf deinem langen Weg zum vollendeten Menschsein.

Schenke deinem Dünndarm Liebe, Respekt und Achtung aus deinem Herzen. Dann kann sich der dunkle Mantel auflösen und die lichtvollen Kernkräfte freigeben. Freude und kindliche Sorglosigkeit, Klarheit und Unterscheidungsfähigkeit werden dein Sein durchfluten und dein Leben in höhere Ebenen tragen.

Merkur hütet deinen Dünndarm. Erlaube ihm, sein geistiges Licht hinein zu strahlen und füge dein kristallines Herzlicht hinzu. Erlebe, wie auf diesem Weg kindliche Freude und Klarheit in dir erwachen - was du mit deinem Verstand nicht erschaffen und mit deinem Willen nicht erzwingen könntest.

Und dann lasse los und treibe weiter.

Der Dickdarm

Das Organ des Todes und der Geburt

Wende dich nun deinem Dickdarm zu, ein mächtiger Schlauch, der den Dünndarm umgürtet. An deiner rechten Körperseite steigt er auf bis unter die Leber, dann knickt er ab und durchquert deinen Leib nach links, wo er unterhalb des Magens wieder abwärts Richtung Ausgang führt.

In deinem Dickdarm herrschen die Schattenreiche deiner menschlichen Wege und Räume - einer Unterwelt, einem Totenreich gleich. Hier liegt heute noch alles begraben, was du Zeitalter hindurch nicht loslassen wolltest: Liebe und Hass, Freude und Aggression, Sanftheit und Härte, Schmerz und Schuld: die schönen Erinnerungen an vergangene Zeiten ebenso wie das alte Grauen. Alles dies hat Spuren in deinem Dickdarm hinterlassen: Energien, Substanzen, Schlacken und Gifte.

Dein Dickdarm sammelt die vom Dünndarm aussortierten Substanzen, walkt sie auf kurvigen Wegen durch, vergärt und resorbiert sie und dickt sie ein, bevor sie deinen Körper verlassen. Bakterien spalten die Reste der nicht verdauten Stoffe.

Diese Bakterien leben in Symbiose mit deinen Gedanken, denen alle Prozesse im Körper folgen. Sind deine Gedanken aggressiv oder sanftmütig, lethargisch gebunden oder lebendig und frei? In diesem Maße verrichten die Bakterien im Darm ihre Arbeit - oder nicht. Altes, Überholtes will losgelassen werden. Nur so kann Neues entstehen. Die Vitamine des neuen Lebens gedeihen in einer gesunden Darmflora.

Doch lange Zeit hielten die dunklen Mantelkräfte Schuld und Scham, Minderwert und Vergeltungssucht dich mit einer solchen Macht fest, dass das innere Licht nur selten aufschimmern konnte. Das Ego wollte nicht loslassen, wenn Schuldgefühle und Verlustängste es quälten, wenn es alte Schmerzen festhielt, um sich eines Tages zu rächen. Damit quälte es die Seele und den Dickdarm, die sich nach Vergebung und Loslassen sehnten. Sie wollten sich erneuern - und wurden vergiftet.

Pluto ist hier der kompromisslose Herrscher. Vertraue ihm und erlaube ihm, seine Bahnen der Kraft in deinem Dickdarm zu ziehen. Dieses freie Fließen wird einen tiefgreifenden Wandel in deinem Leben vollziehen. Loslassen und Vergebung sind die Mächte des Lichtes. Erhabenheit und Selbstachtung sind die wahren Werte des Lebens.

Respektiere den dunklen Mantel aus vollem Herzen. Erlaube Vergeltungssucht, Kleinmut und Verzagtheit aufzusteigen. In diesem Zuge können Selbstwert, Gelassenheit und Vergebung endlich frei werden. Ströme der Geborgenheit und Absolution, der Erfüllung und Erneuerung werden deinen Dickdarm durchleuchten.

Denn auch die großen Kernkräfte deines Dickdarms sind nicht Werkzeuge deines Willens, sondern Ur-Samen des kosmischen Lichtes, die in dieser Zeitenwende in deinem Körper aufleuchten und deine Lebensschwingung um eine Oktave anheben.

Frei fließen die dunklen und lichten Gefühlskräfte durch deinen Dickdarm. Spüre die transzendente Kühle, den eisblumenblauen Kristalläther. Das Licht der großen Mutter hat deinen Organismus längst durchdrungen und umhüllt.

Die Milz

Die inneren und äußeren Gärten

Deine Milz liegt an deiner linken Körperseite hinter dem Magen und unterhalb des linken Lungenflügels. Lenke deine Aufmerksamkeit sanft dorthin und spüre von hier aus das freie Fließen in den Organen, die du bereits durchwandert hast.

Nimm die innere Weite wahr und fließe mit deinem Herzlicht in das Feld deiner Milz. Sie ist das Organ deiner Lebenskraft und Vitalität, ein Dimensionstor zwischen deinem physischen Körper und dem Geist der irdischen Natur.

Im Geistfeld deiner Milz kannst du Verbindung mit den Paradiesgärten der Erde aufnehmen - so wie sie vor langer Zeit existierten, so wie sie im ätherischen Feld immer noch da sind.

Hier treffen dein Blutkreislauf und der Lymphfluss aufeinander und tauschen jene Informationen und Substanzen aus, die dein Körper zum Leben braucht.

Zwang und Trägheit, Phlegma und Verwirrung haben den Mantel deiner körperlichen Milz gebaut und es über Zeitalter an den Tiefpunkt seiner Existenz geführt. Lange warst du nicht mehr in der Lage, die inneren und äußeren Paradiesgärten zu fühlen, die Blüten und Früchte zu erblicken und dich von ihrem Duft und ihren Farben zu nähren.

Nimm es an und erlaube die sanfte, aber machtvolle Öffnung dieses dunklen Mantels, damit die strahlenden Kernkräfte frei werden und die großen Gefühle des Lichtes aufsteigen können: Innere Offenheit, freies Fließen und geistige Klarheit.

Mond und Mars strömen ihr Licht in deine Milz. Ein silber-weißes Fließen entsteht im Lymphfluss, das du an deiner linken Seite fühlen kannst. Lasse es durch deinen Körper strömen. Klarheit und Kraft, Offenheit und der freie Fluss des Lebens erneuern deine Milz, dein Blut und deinen Lymphfluss. Lasse es geschehen. Einfach indem du es beschließt - von ganzem Herzen willst - geschieht es.

Schmerz darf aufsteigen und Liebe herabfließen. Dunkelheit darf sanft am neuen Morgen deiner inneren Welt in der aufgehenden Sonne verblassen. Deine Elfen- und Engelnatur darf erwachen und sich deinem Menschsein hinzugesellen.

Lasse alle Ströme frei fließen. Atme tief und hoch, ohne Anstrengung und lasse dein Milzlicht neu erstrahlen und deinen Körper durchlichten.

Nieren und Nebennieren Das Kreuz der Gegensätze

Die Nieren

Der waagerechte Ast des Lebenskreuzes

Nun gehe sanft mit deiner Aufmerksamkeit zu deinen Nieren. Die linke liegt gleich unterhalb der Milz und die rechte ihr gegenüber auf der anderen Körperseite. Beide auf halber Höhe deines Rückens.

Hier liegt eine unfassbar vielfältige und komplexe Welt geborgen. Hier ist das Kreuz des Lebens mit seinen unüberwindbar erscheinenden Gegensätzen ebenso angesiedelt, wie das vollkommene Miteinander beider Pole: deine Partnerschaft mit dir selbst, mit den Menschen der Welt, mit den Naturwesen der Erde - die Partnerschaft deines Körpers mit dem Kosmos.

Deine Nieren sind ein ungleiches Zwillingsspaar: ein feminines und ein maskulines Wesen, ein dunkles und ein lichtetes, ein basisches und ein saures. All diese Kräfte und Gegenkräfte haben die schwere Aufgabe, unter dem ständigen Einfluss verschiedenster Kräfte das *waagerechte, körperliche* Gleichgewicht des Lebens zu erhalten. Nur so kann Entwicklung geschehen.

Lange Zeit organisierten die dunklen Mantelkräfte der Nieren das Leben: **Zweifel, Zwiespalt und Kritiksucht**: „*Das eine ist richtig, das andere falsch!*“ So sagten sie. „*Das Eine muss bekämpft und das andere beschützt werden.*“ Entweder oder! Beides gemeinsam schien nie richtig. Doch wann immer wir das Eine wählten, kehrte sich unser Leben dem Anderen zu - in der verborgenen inneren Partnerschaft.

Mineralien bauten die Körper, Säuren brachten sie in Bewegung, Gedanken bauten die Körper, Gefühle brachten sie in Bewegung. Gemeinsam erschufen sie das Leben. Doch Ungleichgewicht führte zu Unterdrückung und Zerstörung. Denn die Nieren wägen sehr sorgsam zwischen dem Denken und dem Fühlen. Setzt du ausschließlich auf das Denken, folgen Versteinerungen im Organ. Bist du in Emotionalität gefangen, zerstören Säurefluten das Organ.

Gedanken bilden Minerale, Gefühle bilden Säuren. Zu viele Gedanken erzeugten zu viele Minerale und versteinerten das Leben. Nierensteine sind auskristallisierte, versteinerte Tränen aus vergangenen Zeitaltern - unerlöste Verhärtungen uralten Denkens.

Zu viele Emotionen erzeugten zu viele Säuren und verätzten das Leben. Die Flut der Gefühle griff die Grundfesten an, laugte die Mineralien aus, verbrannte die innere Erde. So hinterließen deine, in Jahrtausenden verzweigten Lebenswege, eine tiefe Spur von Verwirrung und Leidenschaft, von Entzweigung und Verzweiflung.

Deine Nieren zeigen den Lebensweg zwischen den Gegensätzen, dein Leben als Getreidekorn zwischen zwei Mühlsteinen. Ehre die Zweifel, den Zwiespalt und die Verzweiflung. Lasse Zwietracht und Kritiksucht von ganzem Herzen aufsteigen. So kann dein transzendentes Herzlicht den dunklen Nierenmantel durchlichten.

Venus und Mars, die Liebende und der Krieger, strömen ihren Atem in deine Nieren. Empfange es. Lasse sie frei zwischen deiner linken und rechten Niere, zwischen deinem Körper und dem Kosmos reisen.

So kann der lichtvolle Kern deiner Nieren aufleuchten: die Einigkeit und die Einheit, das Verständnis und das Einverstandensein. In ihrem machtvollen Aufblitzen wird aller Lebensschmerz verbrennen, der einst aus Entzweigung und Ungleichgewicht entstanden ist.

Die Nebennieren

Der senkrechte Ast des Lebenskreuzes

Überlasse die Nieren nun dem Tanz ihrer Wandlung und begib dich mit deiner Aufmerksamkeit zu den Nebennieren, die oben auf den Nieren sitzen.

Hier wird der Stress deines Lebens reguliert. Rettungshormone löschen den Feuerüberschuss, der durch Ärger und Zorn entsteht. Sie verdunsten jenen Wasserüberschuss, den Minderwert, Schuld und festgehaltene Trauer erzeugten. So gleichen sie die *senkrechten* Ungleichgewichte deines Selbstbewusstseins aus.

Deine Nebennieren vermitteln zwischen den niederen und den höheren Welten, zwischen deinem kontrollierenden Verstand und deinem wissenden Geist. Sie regulieren Angst-, Stress- und Schockgefühle und gleichen die Starrezustände der Organe aus. Sie wirken dem überzogenen Denken ebenso wie dem überhitzten Fühlen entgegen und lösen dabei entstandene Blockaden im Körper.

Solche gelegentlichen Noteinsätze stellen das Gleichgewicht zwischen Gedanken, Gefühlen und Körper wieder her. Doch im vergangenen Zeitalter leitete Furcht unsere Gedanken und Gefühle und Feuer loderten in den Organen.

Die Hormonproduktion war ein „Dauerbrenner“, der den Körper mit seinen Rettungseinsätzen auslaugte, ebenso wie die innere Standfestigkeit. Denn mit jedem hormonellen Einsatz wurde der Leib gebrechlicher. Und gleichzeitig ließen sie den Geschlechtstrieb niemals zur Ruhe kommen. So stachelten die dunklen Hormone das Leben immer wieder an und vergifteten das Lebenswasser.

Deine winzig kleinen Nebennieren haben gleich vier Regenten: *Merkur, Mars, Mond und Pluto* - der *Botschafter, der Krieger, die Mutter und der dunkle Herrscher*. Je kleiner das Organ, desto größer die Kraft und die Bedeutung für dein Leben.

Sende dein Herzlicht in einem großen, liebevollen Strahl in deine Nebennieren und erlöse die dunklen Mantelkräfte: jegliche Bereitschaft zu Stress und Angst und Flucht, lange bevor Angst und Flucht dir weiterhelfen konnten, jegliche Bereitschaft zu Feigheit und Rückzug, lange bevor dein Mut und deine Kraft sich zeigen konnten. Erlöse die dunklen Schalen deiner Nebennieren, die viele Zeitalter lang dein Denken und Fühlen und damit dein Leben bestimmten. Lasse das Licht ihres Zentrums aufleuchten: die Gewissheit, das Verständnis und die Einigkeit.

Erlaube den Planeten, ihr Licht auf den Weg in deine Nebennieren zu bringen. Und ihnen erlaube, diese hohen kosmischen Energien anzunehmen. So werden die lichtvollen Mächte des inneren Kerns aufleuchten.

Bauchspeicheldrüse

Das Organ der Aggression und Freude

Atme sanft und lenke deine Aufmerksamkeit nun zu einem anderen Krieger in deinem Organismus, winzig klein, doch machtvoll in seiner Schlagkraft: zur Bauchspeicheldrüse, die zwischen den Nebennieren und in nächster Nähe der Gallenblase liegt.

So sanft und wehrlos der Magen ist, so aggressiv ist die Bauchspeicheldrüse - Organ und Hormondrüse in einem. Ihre Enzyme zersetzen die Substanzen und Angreifer, die der Magen aufnehmen musste. Ihre chemischen Waffen sind so scharf, dass sie das eigene Organ zerstören, würden sie nicht gezähmt werden. Die Bauchspeicheldrüse greift an und muss sich selbst in Schach halten. Sie gleicht aus und muss selbst ausgeglichen sein, um nicht *sich* zu töten. Die Bauchspeicheldrüse ist der Kamikaze-Flieger deiner Körperwelt. Hier herrscht das Wesen Luzifers.

Sie produziert Insulin, das den Blutzuckerspiegel senkt und Glukagon, das die Zuckerbildung fördert. Fordert dein hoher Geist die Selbst-Liebe von dir, die zum süßen Leben deiner Seele führt, so versteift sich der niedere Geist auf Misstrauen und Argwohn, die die Seele vergiften und verbittern. Denn dies sind die dunklen Mantelkräfte der Bauchspeicheldrüse, wo Streitlust, Herrschsucht und Zukunftsängste wohnen.

Diese dunklen Kräfte machen sie zu einer Sprengstofffabrik im Zentrum deines Leibes, wo Krieg und Frieden, Tod und Leben auf Messers Schneide miteinander wirken. Aggressive Analyse und uneingeschränkte Süße des Lebens teilen sich dieses kleine Organ, das zu Großem fähig ist.

Respektiere deine unbewusste Streitlust und Herrschsucht. Nimm dein Kontrollbedürfnis an. Erlaube diesen dunklen festgefahrenen Substanzen, sich aus deinem Lebensgefüge herauszulösen. Bringe den Respekt deines göttlichen Geistes dort hinein und erlebe, wie die großen Lichtkräfte der Glückseligkeit und Sanftheit im Zentrum deiner Bauchspeicheldrüse aufsteigen und dein Leben in süße Bahnen und Räume lenken.

Merkur, Mars und Venus sind die Herrscher und Hüter, der Botschafter, der Krieger und die Liebende. Erlaube ihnen, frei durch alle Dimensionen deiner Bauchspeicheldrüse zu fließen.

Dann überlasse es sich selbst - im inneren Wirbel ihrer Wandlung. So werden sich die lichtvollen Mächte des inneren Kerns entfalten: Vertrauen und Gelassenheit, Glückseligkeit und Sanftmut.

Die Harnblase

Das Organ der ungeweineten Tränen

Lasse los und wende dich sanft deiner Harnblase ganz unten im Körper zu. Unterhalb des Dünndarms liegend, ist sie durch die Harnleiter mit den Nieren verbunden. Durch sie tröpfelt der Schmerz vergangener Zeitalter in deine Blase.

Und sie hielt alle Spannungen des Lebens aus, bis ein mächtiger innerer Druck entstanden war. Die Blase ist das Sammelbecken vieler ungeweineter Tränen deiner Mutter und deines Vaters, die aus deinen Nieren fließen. Alles, was im Tod unerlöst blieb, vererbte sich auf die nächste Generation, um eines Tages erlöst zu werden.

In deinem Organismus sammelt die Blase die Körperabwässer - trübes Seelenwasser voller Säuren, Schlacken und Schmerzen. Sie möchte es entlassen, doch das menschliche Empfinden neigt zu anhaltender Trauer und will psychische Belastungen oft nicht loslassen, wenn es als Kind gelernt hat, „dass man nicht weint“, dass Tränen ein Zeichen der Schwäche sind.

Doch die Seele liebt es, zu weinen, wenn ihr danach ist. Sie liebt es, Tränen, Schmerz und Leid aus dem Leben hinaus zu spülen, sich in Flutwellen zu reinigen und zu erfrischen. Die Seele kann aus dem Weinen ein Fest machen - ebenso wie aus dem Lachen. Doch wenn dein Verstand dies nicht zulässt, dann gerät der Lebensfluss ins Stocken. Dann stauen sich Trauer und Seelenwasser an und die Blase wird zu einem Druckkessel, der sich bei Kindern im Schlaf entleert.

Erwachsene, die selbst im Schlaf die Kontrolle über ihre Gefühle nicht loslassen, bilden in ihrer Blase beständigen Überdruck. Blasen- und Nierensteine sind uralte versteinerte Gefühle, die heute noch schmerzen.

Die dunklen Kräfte, die unsere Blase gebaut haben, sind: Trauer und Ungeduld, Disharmonie und Einsamkeit, Unruhe und Enttäuschung. Aus ihnen entstand ein Sumpf uralter seelischer Schmerzen, der sie heute noch nährt und hält.

Anerkenne diese großen dunklen Gefühlskräfte deines Lebens. Respektiere sie als Teil deiner menschlichen Wege, die zu Kraft und Weisheit führen. Danke ihnen für ihren Dienst an deiner Reifebildung und entlasse sie jetzt in Liebe.

Mond und Pluto sind die großen Hüter deiner Blase, die verborgene Mutter und der dunkle Herrscher. Erlaube ihnen den Zugang zu deiner Blase und spüre ihr sanftes Licht hereinfließen, das dein inneres Kind nährt, tröstet und stark macht.

Lenke dein kristallines Herzlicht in deine Blase und spüre, wie sich der machtvolle Lichtkern im Innersten öffnet: Frieden und Geduld, Harmonie und Hingabe, Demut und die sanfte Macht strömen durch deine Harnblase in deinen Körper und dein Bewusstsein.

Die Keimdrüsen

Der heilige Raum menschlicher Schöpfung

Zum Schluss wende dich sanft deinen Keimdrüsen zu, um auch sie aus dem Joch der Trennung zwischen Dunkelheit und Licht zu befreien: Die Eierstöcke der Frauen und die Hoden der Männer - Kammern der Fruchtbarkeit und des nie versiegenden Lebens. Hier herrscht das Wesen der unerschöpflichen Kreativität, ein evolutionäres Gedächtnis, das Lebenskraft im grenzenlosen Überfluss zur Erde bringt.

Pluto und Sonne regieren die männlichen Hoden, *Pluto und Mond* die weiblichen Eierstöcke. Große Kräfte der seelischen Evolution, der menschlichen Schöpfung und des irdischen Reichtums, die in diesen Drüsen verborgen sind und lange Zeit nicht zum Ausdruck kamen.

Die dunklen Mantelkräfte der Keimdrüsen sind Reue, Starrsinn und Eifersucht. Sie haben diese Organ-Drüsen gebaut und sie bis zur Zeitenwende geführt, verdichtet und gebunden.

Es sind positive dunkle Kräfte, die dein sich ewig fortpflanzendes Leben umhüllen. Nimm sie an als kosmische Wesen, die dich bis an den tiefsten Punkt deines physischen Lebens geführt haben, damit du stark wirst. Und in dieser inneren Erkenntnis lasse sie los.

Respekt und Achtung machen die Wandlung möglich. Gelassenheit, Großzügigkeit und Mitgefühl sind die Befreier im Zentrum.

Pluto und Mond werden den Weg zu euch Frauen finden, Pluto und Sonne den Weg zu euch Männern. Gelassenheit, Kreativität und wahre Fruchtbarkeit werden dadurch auf allen Ebenen als leuchtende Kräfte aus den Samen aufsteigen, die der innere Kern vor vielen Jahrtausenden gelegt hat.

Lasse auch in deinen Keimdrüsen alle Ströme frei fließen. So befreist du sie aus der Dimension von Krankheit und Trennung, Schmerz und Tod.

Unendliche Ströme der Heilung und Wandlung fließen, Ströme der Reinigung und Klärung, der Öffnung und Erhöhung deiner Zellintelligenz. Sie fließen, fließen und fließen. Und du brauchst einfach nur zu atmen und sie anzunehmen.

Und wann immer es in deinem Organismus schmerzt, lenke dein Herzlicht genau dorthin, in das Zentrum des Schmerzes hinein - und lasse es fließen, fließen, fließen.

Abspann

Ausdehnung der Heilströme auf die Menschen

Unendliche Liebe, sanfte, zarte kristalline Schleier, eisblumenblauer Kristalläther, kosmisches Christuslicht und das ätherische Silber des Volkes von Asgard durchströmen in unendlichen Dimensionsräumen deinen Organismus und physischen Körper.

Alle Ebenen deines Menschseins befinden sich im Wandel, in Veränderung, in einem Strom der Heilung.

Nun da deine inneren Organe sich auf dem Weg der Öffnung, der Wandlung und Durchlichtung befinden, kannst du sie wieder loslassen, dich zurückziehen in dein Herz.

Atme noch einmal von ganzem Herzen, mit deiner ganzen Liebe und deinem ganzen Willen in die Herzlichtkugel hinein, die deinen Körper umhüllt.

Stelle dir vor, dass sie sich mit jedem Atemzug und Atemstrom ein Stück weiter ausdehnt, bis schließlich das ganze Land und der Kontinent darin geborgen sind - und noch zwei, drei Atemzüge weiter: die ganze Welt.

So dehnt du die aktive Heilung deiner inneren Organe auf die Organe der Menschheit aus. So lässt du sie an dem teilhaben, was sich hier und jetzt in deinem eigenen Organismus vollzieht.

Und je mehr Menschen du daran teilhaben lässt, desto leichter und schneller wird dein eigener Organismus Licht werden.

Lasse die Menschen, mit denen du dein Leben teilst, in dein Bewusstsein kommen - jene, die du liebst und jene, die du ablehnst.

Erlaube dir selbst den Hass, den du anderen gegenüber spürst, den Zorn, die Härte, den Ekel. Erlaube dir selbst, zornig zu sein, voller Ekel und Ablehnung. Gestehe diesen dunklen Mantelkräften deiner Organe die volle Daseinsberechtigung zu und erlaube ihnen, frei zu fließen.

Respektiere Zorn und Kummer, Geiz und Gier. Wann immer du diese Gefühlskräfte anderen Menschen gegenüber geäußert hast, respektiere dich selbst dafür.

Respektiere Scham und Minderwert, den du anderen Menschen gegenüber gelebt haben magst. Respektiere deine Arroganz und Intoleranz, die du anderen Menschen gegenüber gelebt haben magst.

Zutiefst ehre dich selbst dafür und befreie dich so von dem überbordenden, machtvollen Joch dieser alten, dunklen Energien, die sich längst verselbständigt haben.

Indem du sie von Herzen ehrst, erlösen sie sich. Ehre die Angst, die du lange gepflegt hast und lasse sie auf diese Weise los. Nimm wahr, dass der Mut und das Selbstbewusstsein in dir aufsteigen, den Menschen künftig aufrecht gegenüberzutreten.

Ehre die Ablehnung, die Missachtung, die du anderen gegenüber gelebt hast - bewusst oder unbewusst. Diese großen dunklen Kräfte wandeln sich dadurch. Und Respekt und Sanftheit werden in dir wach.

Unendliche Liebe und kristallines Licht fließen nun aus deinem Leib heraus in den Organismus all der Menschen, mit denen du dein Leben bis heute geteilt hast.

Alle Ströme fließen frei, alles Licht und Dunkel mündet in einen Wirbel, der deine und ihre Körperschwingung in kristalline Sphären hebt.



Ganz langsam lasse alles wieder los und wisse, dass alles das, was du jetzt geöffnet und initiiert hast, auch tatsächlich geschieht - gleichgültig ob du es wahrgenommen hast oder nicht.

Lasst alles los, was war, was ist und was sein wird.
Kehre sanft zurück in deinen Körper.



Empfehlungen

Bibliothek: Heilmeditationen für den Alltag

<http://kristallmensch.net/bibliothek/heilmeditationen-fuer-den-alltag/>

Audiothek: Kostenfreie Heilmeditationen <http://kristallmensch.net/audios-kostenfrei/>

Best Of <http://kristallmensch.net/bibliothek/fuenf-themen-best-of/>

Neueinsteigerseite <http://kristallmensch.net/willkommen/neueinsteiger-seite/>

Das Weitergeben dieses Textes ist erlaubt und erwünscht. Respektiert bitte unser Urheberrecht und gebt Kristallmensch.net als Quelle an.

Wir schenken euch unsere Arbeit aus vollem Herzen. Wer uns durch eine **Spende** unterstützen möchte - herzlich gern: <http://kristallmensch.net/sabine-wolf/spenden-fuer-kristallmensch/>