

Atme für die Erde

Lege dich hin, auf eine Wiese, in einem Wald (Decke oder Unterlegematte aus Naturmaterial sind erlaubt) oder in deinem Garten, und entspanne dich mit jedem Atemzug immer mehr und immer mehr.

Spüre deine Verbindung mit der Erde, die ganz natürlich aus deiner Lage auf ihr von selbst erwächst, spüre deine Ähnlichkeit mit den Lebewesen in der Natur.

Sie sind deine Brüder und Schwestern, lasse diese Erkenntnis und dieses Wissen sowie den Respekt vor ihnen in dir wirken und lass es dich spüren. Wenn Tränen kommen, oder Freude, oder Dankbarkeit, ist das ganz normal und ein Zeichen dafür, dass du gesund bist und dich verbinden kannst.

Bleibe dennoch bei dir und widme drei Atemzüge der Erde.

Lade die Kräfte des Kosmos ein, die jetzt zu deinem höchsten Wohl sowie zum höchsten Wohl Aller wirken können, dürfen und sollen, dass sie durch deinen Atem sich mit der Kraft der Erde verbinden. Du musst es nicht verstehen, nur es zulassen.

(Für alle, die es verstehen müssen, damit es funktioniert: Wenn dein Geist eine Einladung an Kräfte aussendet, wird dies in der Regel beantwortet. Dein Atem ist die erste Ebene der Manifestation aus deinem Körper, die unmittelbar und ständig erfolgt.)

Belasse es bitte bei drei Atemzügen in diesem Auftrag. Wisse, du kannst gerne später diesen Prozess wiederholen, aber heute lass es mal nur drei sein, und spüre, was sich verändert.

Du darfst dir gerne Zeit nehmen zum Nachspüren.

Dies kannst du jeden Tag machen, und mit wachsender Erfahrung kannst du die Anzahl der Atemzüge für die Erde auch ausweiten.

Ich danke dir für deinen Beitrag zum höchsten Wohl Aller und wünsche noch einen schönen Tag im Einklang mit Natur und Universum!

Von SeelenEbene abgefragt und zur Verfügung gestellt von:

Iris Kraml-Weber