

Inhaltsangabe

Göttin - Gott finden	2
Energiebild	4
Liebeswege	6
rote Nelke - Ei	10
Entscheidungen	14
Herz	18
Akzeptanz	24
Herzblume	28
Schwanken - Unsicherheit	30
Einfachheit - Sonnenblume	32
Vereinigung	34
Lebensweg - Gedicht Novembermond	36
Einstimmen - Grossvater	38
Gesundheit	42
Nachfrage	44
Traurigkeiten	46
Lied: Leben auf unsrer Erde	52

I N M E M O R I A M
Lebensdialoge
G a b e n

Texte XIII



Inmemoriam



Im Namen Der L i e b e
nel nome Dell' a m o r e

Lied noch ohne Noten

Leben auf unsrer Erde/
lieben auf unsrer Erde

Leben ... ist eine wunderschöne Zeit
.... ist eine kleine Ewigkeit
.... ist aus Liebe gemacht
.... ist von Gott erdacht

Leben ... ist ein Lernen auf Zeit
.... macht den Himmel uns bereit
.... heißt lieben allein
.... heißt mit allen Wesen sein

Leben ... fließt in Raum und Zeit
Lieben... treibt den Fluss noch heut
Leben ... ist Wachstum uns
Lieben... ist immer eine Kunst



foto wk

Des Mannes Weibliche Seite

Die Frau in Dir ist wie eine
Prinzessin, die sehr dominant ist -
über die Hälfte Deines Wesens ist
von Ihrer Wesensart geprägt:

hilfsbedürftig, Schönsein,
anschmiegsam, Nichtstun, außer dem
was Spaß macht, bedient werden,

Du brauchst
eine Starke Frau als Partnerin -
Dein Männlicher Teil stellt sich als
widerborstiges, schimpfendes Wesen dar -
Kribbeln als Hilfe zur Veränderung
im Scheitelchakra

Bitte um die Gabe
der Mitte - um Ganzsein

Bitte
am Beginn der Meditation
um eine Lichtpyramide
über und unter Dir

wir danken

+

Sprich:

mein Tun ändert sich:

ich gehe in den
Hintergrund,

arbeite am
Schreibtisch,

Dirigiere von dort die
Geschäfte und

wandere
fröhlich pfeifend
viele Wege, die sich
vor mir auftun

Ich Bin - lebe in Freude
mit meinen Kindern

+

Traurigkeiten

Ein Lichtdreieck
mit der Spitze nach unten -

Traurigkeiten
in den Räumen, die Dir helfen zu spüren,
in die Bewegung - in den Fluss Deines Lebens
in den Rhythmus Deines Atems zu finden

Aufrichten
Deines Inneren Lichtes
zu Deinem Wahren Selbst

Auflösung
all der Schmerzen -
allen Leides in Dir und in den
Räumen, in denen Du lebst

Fratze, Schauer,
abgeklungene Trauer
Feuerbälle

Chakren öffnen -
Geben und Nehmen in Einklang bringen
Blumen verdorren und mit viel Wasser
erblühen sie wieder

Strahlendes Lichtbündel
auf Scheitelchakra

Hilfe
und Reinigung schwingt in
ganz hellem Licht
auf uns hernieder

nimmt
alle Schmerzen,
alles Weh und Ach hinweg -

gibt Freiheit
und singt

Freude schöner Götterfunke
Tochter aus Elysium
Wir betreten freudetrunken
Himmlische Dein Heiligtum -
vor uns liegt ein
besseres Leben
Tränen sind Vergangenheit
lasst uns alle
Brüder-Schwestern werden
Schwestern-Brüder sein in Ewigkeit

Danke

Nachfrage ...

Alter Affe
mit grauem Kopf
und ernstem
Gesichtsausdruck -

Hülle
über Wärmflasche -

alte Pfeife, die in
einen Ständer gehört -

Du redest
etwas herbei,
was so nicht da ist

Furcht, Angst und Erschrecken
über Deine Verantwortlichkeit in
Bezug auf ... sind im Innersten

Deine Zusammenstellungen,
Deine Vorbehalte
und

Etwas Trost für Dich:

Siehe
Dein Indianerführer
taucht wieder auf -
sieht Dich aber nicht an
sondern dreht sich um und
geht im Kreis - wischt sich
den Schweiß von der Stirn -

erinnert Dich an
Deine Einweihung und
zeigt Dir einen
Scarabaeus - den
Heiligen Käfer der Ägypter
der als

Zeichen für
Geld-Materie und
auch dafür steht, dass
er die Fähigkeit besitzt

eine Runde Kugel =

das Symbol für
Erde - Sonne - Mond
herzustellen

Danke

Gesundheit

Denken

bereitet Dir Schmerz,
es strengt, wegen der
vielen Sorgen des Alltages, an

lerne, Ganz sein
bedeutet auch

Schweigen in
Gedanken, Worten und Werken

die Verbindung mit
MIR aktiv gestalten -
Dein Denken zu MIR leiten -
Deinen Blick nach Innen wenden,
da Du im Aussen keine Hilfe für
Dein Herz findest

Tun
und spüren in MIR
ist Deine Gesundheit

E i

Alles ist in Dimensionen
außerhalb des Eies und
zeugt von Gleichzeitigkeit

Drei meiner
Seelengruppenwesen tragen
Trauerkleidung und warten auf mich,
zeigen auf einen Felsen, hinter dem
eine starke Sonne Ihr
Licht erstrahlen lässt und

ein Neu geborenes Kind
trägt eine Frau mit
schwarz - weißem Kopftuch
und einem funkelnden Stein auf
der Stirn, der sich in
eine Holzblume wandelt

sie ist von
sanftem, gütigem Wesen
und alles ist ganz leicht -

was kannst Du tun?

Wasser schöpfen -
Wasser schöpfen um mit
klarem Quellwasser erfrischt
Neue Lebensmuster -qualitäten
zu weben, zu lernen

+

Grossvater

Etwas

Traurigkeit im Herzen -
kleine Füße, die sich
an Grossvaters Hand
spazieren gehen sehen -
Sehnsucht nach seiner Nähe,
die so nicht mehr da ist -

spüre,
es gibt eine Neue Daseinsebene
für ihn und dort braucht er
Ruhe

und Du kannst
hier immer mit seinem
Engel Kontakt aufnehmen -

Ihr seid Euch
auch auf der Seelenebene
noch immer sehr nahe

Mantraklang

Die

Kühle der Nacht umfängt
dampfenden Emotionen und
spendet im Nachtschatten

Neue Lebensmöglichkeiten
die Dir im Herzen sagen:

Ruhe - Frieden -
trostspendende Liebe
schenke ICH Dir

Du bist Zuhause - bei MIR

Du bist geliebtes Wesen MEIN

Danke

Einstimmen

Stimme Deine
Wirbelsäule ein auf die
Töne, die Du bist

fühle,
wie Dein Rückenbogen
gespannt wird, indem

Du das Lied Deines
Körpers spielen willst -

stimme
Dich immer wieder
entspannt

Neu ein -
je nach der Situation,
in der Du bist z.B.
beim Musizieren - Sport usw.

schwimme in
einer warmen
Solequelle

Wenn wir feststellen
dass wir Beide allein sind
dass wir allein geboren wurden
und
dass wir allein sterben werden
und
dass wir Entscheidungen allein
treffen und
dass wir allein vor Gott stehen
und
dass uns niemand einen wichtigen
Schritt abnehmen kann

wenn wir das erkennen dann
werden wir F r e i

plötzlich haben wir
nichts mehr zu verlieren und
werden f r e i
das Abenteuer einzugehen nach
echter Gemeinschaft zu suchen,
Liebe zu finden und zu teilen

dann wollen wir das Gefundene
nehmen und

es
als Wunder in dieser kalten Welt sehen
und nicht als etwas, was zu erwarten war

als ein Geschenk und nicht als Lohn
als Gnade und nicht als Recht

+

Lebensweg

Eine Glocke
voller Licht und Töne -
Liebe, die
schwingt in Dir -
Leben in der Freude -
Möglichkeiten, Du zu Sein

in Dir schwingt
Lachen und Leichtigkeit
durch die Einheit mit MIR

Erde und Himmel
bereiten das
Fest Deines Lebens,
unterstützen
frei und offen Deinen Weg -

ich löse
alle Bindungen meines
Herzens, die nicht in der
Liebe schwingen,

bitte um
Verzeihung und verzeihe
was ich, Andere, hinter
intellektuellem,
verstandesmäßigem
Tun verborgen -

Sein

Leben - Licht
und Freud' ist Wonne
Sein im Herzen
trägt die Sonne

sichtbar
in des Lebens Garten
indem
viele Menschen warten
auf die
Gaben aus den Herzen
die doch lindern
all die Schmerzen
die doch lindern
all die Klagen
die uns helfen,
Neu zu wagen
Unsere Liebe weitertragen

hin
in aller Welten Raum
hin
in aller Welten Baum
hin
in unsrer Leben Traum

Danke

Vereinigung

Klarheit finden -

eine Dunkle Tulpe mit
Lichtrand dort, wo Dein
Drittes Auge wohnt

siehe,
sie braucht Beides:

Licht und Schatten
für ihr Leben -
Tag und Nacht im
Wechselspiel des Seins

sprich im Herzen:

Indem ich
Innen höre und sehe -
in meinem Herzen
frei und offen
den Klang - das Licht
des Lebens wahrnehme

Bin Ich -

Weil

mein Sein, durch Meine Liebe,
ein Immerwährendes Geschenk
empfangen hat -

meine Seele sich bei Mir,
in Mir wiedererkannt hat -

die Resonanz Meiner Liebe
in mir das Lied des Körpers -
der Seele - des Geistes singt

Meine Liebe die Kraft ist, die Mich
verändert, lehrt, bereichert,
demütig beugt vor Ihren Möglichkeiten

die Mich mutig sieht, stark macht
erwärmt, erstrahlen lässt,
fröhlich macht

weil
Meine Liebe zu Mir
die Hoffnung in sich trägt
dass

Ich durch sie von Ähnlichem
für Dich
für Deine Seele
für Dein Leben berührt werden

+

Einfachheit

Ich bitte

einfach und klar
um die Hilfe,
die ich mir wünsche
und

weiß,
sie wird erfüllt

ich bin
in der Lage,
alles zu bezahlen, was
diese Wünsche kosten

siehe

alles urteilen - verurteilen
von sich und Anderen,
ein schlechtes Gewissen,
behindern Deine lebendigen Grenzen

höre, halte Deinen Kopf frei
und alle 7 Halswirbel sind dicke, runde, die
Zähne in Deinem Mund
bunte Edelsteine -

Kopf und Ohren treffen sich
in der Senk- und Waagerechten,
ergeben eine Mitte voller Ruhe

Dein Kopf wird ein Oval -
öffnet sich hin in einen
weiten Raum voller
blau - weiß tanzender Lichtpunkte

ich merke:

Es fehlt noch etwas und
schon umschweben mich -
fallen auf den Felsen

Rosen - Regenblätter der Liebe

Mein Blauer Engel war
auf und um den Felsen -

+

Schwanken - Unsicherheit

Du
hörst Dir die Welten an, die
Andere in sich tragen und
die sie auf Dich übertragen wollen -

Ihre Angst, Unsicherheit usw.
bringt Dich dazu, über diese
Problematiken (z.B.Sicherheit im Alter)
zu aktivieren, was auch
in Dir noch davon vorhanden

Dabei kannst Du Dich
auf sovielen eigene,
innere, gesicherte Lebensbeweise -
auf den Frieden und die
Liebe Deines Wesens -

auf Dein ICH BIN
voller Vertrauen einlassen
und

so bist

Du Selbst der, der
weiterfließen lassen wird,

was ICH durch Dich den
Wesen schenken möchte

Eine Schneekönigin
im gefrorenen Wasser -
empfinde die Kälte unangenehm
und es erscheint ein Iglu im Eis,
indem es wunderbar warm ist -

ich kann lernen, meine Emotionen
nicht im Aussen anzuheizen,
sie wie ein kleines Feuer in der
Mitte des Iglu (meinem Herzen)
brennen zu lassen, das mich wärmt -

Lichtblätter breiten sich aus
am Baum Deines Lebens -
sei Stille - spüre in Dir Leben,
das lebt in vielfältigem Sein

atme gut - zentriert -
bewegt im Rhythmus
Deiner Kraft ICH BIN



Schneeb Blüten am Garrensee Foto IL
+

Herzblume

Blumenknospe
die Ihre zarten
Blütenblätter öffnet -
nach und nach entfaltet
im Licht der Liebe,
Die uns eint

Ja zu unseren Wurzeln
Ja zum Licht
Ja zum Ort,
an dem sie blühen, gedeihen,
fruchtbar sein kann -
in meinem Herzen

das Zeichen
Victoria = siegen

ein V voller Licht
und die Worte für Dich

Du wirst siegen
mit der

Liebe Deines Herzens

Hände -
Ausdruck für das Leben
führen Dich in's Tun auf Erden

Lächeln öffnet die
Tür Deines Herzens vom
Inneren Wesen Deines Selbst
und so bist Du
was Du Sein willst,
spürst in Dir starke Energie -

Ich Atme die erfrischende
Luft des Ozeans die der Wind
in die Oase des Lichtes,
das meine Innere Welt ist, trägt

danke der Sonne für das
Feuer der Reinigung und die
Gabe des Lebens

Höre die Stimmen der
Nacht und des Tages in der
Fülle allen Seins mit dem
Ich Jetzt Bin

+

GÖTTIN - GOTT
finden

Im Herzen sprudelt eine Quelle für mein Leben

Lieder - Gedichte - Texte - Bilder

in der
Stille des Herzens
empfangene Lebensdialoge
der Inneren Stimme die mit mir-uns ist

DANK an GÖTTIN - GOTT
für
Mensch - Natur - Kosmos -
das gemeinsame Schwimmen in den
Meeren des Lebens

die Gnade des Augenblick's
die Quelle - Fluss - Ozean -
Vergangenheit - Gegenwart - Zukunft eint
im Tropfen des Einssein
ICH BIN

die Erinnerung
die Boten des Tages und der Nacht
uns offenbaren:

Ewiges Leben - Immersein
Seelenwanderung

Ein Leben in Liebe

Leben ... rinnt eine kleine Zeit
Lieben... ist eine große Kostbarkeit
Leben ... ist ein Teil von mir
Lieben... heißt ich schenke mich ihr

Leben ... ist ein Wandern auf Zeit
Lieben...ist auch Vergänglichkeit
Leben... ist immer wieder neu
Lieben...heißt Gott bleibt uns treu

Leben ... ist Wandlung im Licht
Lieben...heißt Gott kennt - Dein Gesicht
Leben... ist Gottes Liebe zu Dir
Lieben... heißt loben
im Himmel und auch hier

+++

Im Herzen
hören - sehen - fühlen
wir beten
um Hilfe und Reinigung

Energiebild

Ein
bisschen Angst trennt
Dich noch von MIR

Ungewohnte
Liebeswege gehen -
Dich in Dein Herz mit
Bewusstheit schwingen -
bereitet Dir mehr
Erstaunen als Last -
behindert noch etwas
Deinen Atem, dessen
Fülle doch für Dich da ist

Dein zuviel Denken
(Geschäft-Geschäft)
belastet noch Deinen Kopf -
doch spürst Du schon die

Wärme Deines Körpers -
das Licht, die
ICH Dir schenke -

Liebevoll
Sein
selbstlos

voller Liebe Sein -
selbst los Sein bedeutet,
ohne Erwartung tun -

den anderen Menschen,
die anderen Wesen als
Gleiche erkennen und

MICH als SchöpferIn - Gott -
ErhalterIn allen Lebens spüren

solche Seinserfahrungen
weitergeben ist erst möglich
indem Augenblick,

wo Du so bist

Danke

Liebeswege

Singe ein Lied:
Ich geh singend
durch die Straßen
mit dem Glück bin ich per Du... -

vielleicht
gefällt Dir auch das
Singen in einem Chor,
Deine Stimme ist schön -
vielleicht
schreibst Du auch
Geschichten hm... -

atme leicht und frei -

öffne Dein Herz
damit es ohne Schmerz
wieder einen

Menschenmann

lieben lernen kann

Traurige Seelen - für alle
eine Brücke des Trostes bilden

wir bitten gemeinsam
um Heilung der Räume, in denen ...
mit seinen Lieben lebt

für ... ist der Weg durch Eis
und Schnee zur Almhütte auf dem Berg
wieder begehbar

... Trauer sind Geldsorgen

die Kinder als
Sonnenschein sehen - empfinden -
von ihnen lernen

Schwiegermutter 's Trauer
kommt vom Alleinsein -
Trost in Wohnungswechsel und
neuer Einrichtung möglich

Vater verbittert - Mutter Schmerz
alle Liebe für die Kinder
Trauer als Fledermäuse in Räumen,
im Keller als Schwarzer Stein

spiralförmige Energiereinigung -
Auflösung der Traurigkeiten

wir danken für die Hilfe

+

Katharsis -
Lebenskrise

Herzrhythmusstörungen
Sodbrennen, Schmerzen
hoher Intensität -
in meiner
Hand halte ich eine
weiß-rosa Serviette fest
und eine rote Nelke, noch
unaufgeblüht, verwelkt -

es ist so, als ob
Du ständig auf
Dein Herz drückst -
Dich unterdrückst
und so zeigt es Dir, dass
Du dadurch ins Stolpern gerät's -

Deine Inneren Sätze lauten:
ich will anders leben -
ich will nur noch raus

eine verwelkte Sonnenblume mit
einer dicken Schmeißfliege -
ein ausgestopftes Schaf auf Holzfüßen -
ein riesiges Treckerrad -
eine Kugelvase mit viel zu wenig Wasser -
links ein Schwarzer Vogel mit längerem
Schnabel und

plötzlich floss Wasser - ein
Bach mit viel Nass in weiß - rosa
Farben ergießt sich über mich

Einen sich nicht
mit dem Vertrauen -
mit der Offenheit,
die Du in dieser
Angelegenheit in Dein
Herz nehmen wolltest

so machst
Du es Dir und Denen,
die helfen - nicht nur in
Eurer realen, sondern auch
Uns im Geistigen - schwer
Dir beizustehen

Danke

Rote Nelke

Eine Tulpe auf einem
Holzstiel, die wie ein
Uterus aussieht, indem ein
Neues Samenkorn liegt -

dahinter ein
Kerzenständer als Gefäß für ein
Ei mit weiß - blau - lila Aura

Muttermalschmerzen
erinnern Dich an Leben,
in denen Du als Mutter
Leben gegeben, genommen,
Dein Leben aufgegeben hast

eine Liebe
(Rote Nelke), die verblüht,
ehe sie überhaupt erblüht,
vertrocknet in der Wüste, ohne
Lebenssamen auszustreuen

Große Hitze, unerträglich
brennende Sorgensonne - so
neigt sie Ihr Haupt der Erde zu,
gibt auf, dreht sich im Kreis und
spiegelt die Fatamorgana von
Lebensmöglichkeiten, die in
Gefühlen von Hilflosigkeit,
Mutlosigkeit, Aufgebenwollen
enden

Ein Esel dreht sich
nach links, trägt 3 Säcke
und geht langsam -

eine Sonnenblume,
die innen wie ein
Mandala gemalt ist -

ein kleiner Engel
sitzt auf einem Heiligenschein
mit dem Gesicht nach Oben
und nickt -

australische Erde,
Roter Fels als Nabel der Welt,
Kopf davor wie Schatten -
Sicht zu, verdeckt

durch
Einatmen erden

Danke

Sprich und spüre:

Kühlende,
Heilende Wasser
durchfluten mein Ganzes Sein,
führen mich in Ebenen, in denen ich
wachsen, blühen und gedeihen kann

sprich das Mantra:

Om mani padme hum
vajra guru padma siddhi hum

- wiederhole es ständig
- bewege es in Deinen Gedanken ohne
Unterlass und spüre, was dadurch
mit Dir geschieht

Bergkristallgruppe,
Fluorit Pyramide, die Worte:

Komme zurück -
komme nach Hause
Hier ist Ruhe und Frieden

Mantra OM mani padme hum
übersetzt =

Du Edelstein in der Lotusblüte

Engelkontakt

Sternenkreise als
Elypse um
Eure Universen,
die sich im
Spiel Eures Lebens
drehen als

Spirale,
umgeben von wallenden Nebeln,
die sich zusammenziehen,
ausruhen, ausdehnen -
spielen Ihr Lebensspiel

so ist
Schöpfung
ständige Bewegung,
ständige Berührung,

Zusammenklang
Unseres - Eures Seins

Danke

Entscheidungen

Du bist aufgefordert,
Entscheidungen zu treffen,
die Du aus Ganzem, mit
vollem Herzen bejahst

Familie - Beruf - Partnerschaft
spüre in Liebe in alle Bereiche

siehe in Dein Herz -
höre mit Deinem Herzen -
frage nach und kläre
was für Dich Da ist

Herzensfrage -

Traue Dich in Deiner
Mitte zu bleiben -
spüre, Dein Herz ge-hört Dir
und
Du schenkst Deine Liebe,
um eine gemeinsame Zeit im Leben
miteinander glücklich zu sein

Lebe - sei froh aus
Deinem Herzen heraus, um
Glücklichkeit auszustrahlen

s.Gedicht von Ulrich Schaffer
wenn wir feststellen

Gabe:

ICH BIN
Dein Mantel,

wärme Dir den Rücken
und habe

die Leinwand Deiner Seele
als feines Tuch gewebt
in welches Du

die Muster Deines Lebens
knüpfst

+

Stille

Glockenblume

Glockenblume - lichtumfängen
tönen in die Welt -
singt vom Leben auf der Erde
klingt in alle Welt -

trägt die Farben
schön und weit -
schenkt der Welt
ein festlich Kleid -

läutet auf
in frohem Klang -
komm - sing mit
den Frohgesang

Antwort:
Ruhe - Stille
es geschehe Dein Wille

ich fließe mit .. Wille,
ich schenke ihm:

Liebe - Hilfe - Unterstützung
wie eine Mutter Ihre Muttermilch gibt -
ohne Anspruch und im
Vertrauen, es ist genug da um satt =
lebendig zu sein und so erstrahlt
unser Leben im Licht - in Helligkeit
+

Gedicht
Novembermond

Im Dunkel der Nacht
erstrahlt milde Dein Licht

Lasse diese
Milde
sanft die
Gedankensorgen auflösen
damit

die Geborgenheit
die Ruhe
und
die Stille der Nacht
in uns wirken

in uns

Frieden
Kraft und Freude
stärken

Danke

Herz

Verloren sein,
Verzeihen sein -
Heilen

Kundalini -
Lebenskraft ist Immer

sprich:
Ich verliere mich nie
s. Gedicht

Ich verliere mich nie, weil ich mich liebe -
ich mich in meinem Herzen trage -
jeder Blick - jede Berührung von mir
bei Mir Spuren des Glücks geschaffen haben

meine Gedanken ganz schnell bei Mir sind -
die Freude, Mir begegnet zu sein,
in Mir weiterlebt

die Verbindung mit Meiner Seele
die Tiefe Meiner Liebe sichtbar werden ließ -
die Wogen der Liebe mich
weitertragen im Alltag -
ich mich Mir nahe fühle, wo immer Ich Bin

Zeit und Raum
auf den Flügeln der Liebe
dahingleiten ohne Begrenzung

meine Traurigkeit
durch Sie verwandelt wird

Eine
liegende Mondsichel
mit einer
Sonne in Ihrer Schale

Mond und Sonne
vereinigen sich -
klingen in mir und
Ich Bin liebe -

ich tanze -
Bauchtänze

Ich Bin
fließende Bewegung
Wong shui -

Wärme, Sicherheit,
Geborgensein
begleiten mein Leben

Freudestrahlen
nehme ich an -
schicke ich aus an alle
Wesen der Stadt, dem Land,
der Erde, dem All

Danke

Ich komme
zurück in mein Herz,
alle Traurigkeit erlebt
Trost durch Streicheln

Ausgleich:
eine Glasscheibe - ein Dunkler Berg
indem ein Monster-Teufel

Tropfen - Crystalle
die mir eine Ahnung von
„ohne Angst sein“ geben -
spüre mich
linksseitig intensiver -
rechts verkrümmt - Dunkel
und dann ist Hilfe:

meine Wirbelsäule als
glitzernde Edelsteine mit
einer Krone obenauf -
eine Schlange mit Krone,
die durch Ihre

Schlangenenergie
rechts und links ausgleicht
(Kundalini) -

Sonnenblume -
Trompetenblume -
versteinertes Holz -
drehte langsam

Bild:
in der Mitte
Loch mit Wasser
Helles Licht -

mehr mit der Natur arbeiten -
Musizieren -

fließen lassen
und

alles ins
Göttliche Licht stellen
=

WEISHEIT

Danke

Energie spüren:

Meine Zähne werden flüssig -
ich lasse es zu und ich sah wie ein
Wasserfall voller Belastungen
aus meinem Kopf, meinem Denken abfloss
und ich ruhig wurde

ein Felsen, der mir
Ruhe - Kraft - Einfachheit
vermittelt und

Alpha und Omega als
Zeichen mit dem ich mich umhülle,
meinen Kopf mit Licht fülle -

Dunkelheit ist Dein Gesicht -
das Strahlen des Lichtes
beleuchtet den Schwarzen Spiegel
um Dich Selbst und die, die
Deine Hilfe wollen, zu unterstützen -
zu heilen mit

der Stärke
Deiner - MEINER Liebe

Sprich
Dein Ja in Deinem Herzen
und Alles ist gut -

ich sehe weinende,
traurige Wesen in Deinem
Lichtschoß, denen Du

MEINEN Lebenstrost
segnend spendest

Danke

Akzeptanz

Alles akzeptieren
wie es Jetzt ist
öffnet und hält fest -

der Geist
umfassen (eingesperrt) vom
Körper ist Seinseinheit und doch

breitet Er sich aus,
tönt in den Farben Deines Wesens,
Deines Lebens und so tanze -
Sei

Energiebild:
Zähne, Kiefergelenke,
Kopf fließen zum Herzen
in den kleinen Blutkreislauf -

mein Kopf geht auf und eine
Lichtdusche spült alles runter,
ich komme nicht mehr zum
urteilen, es ist wie
tägliches waschen, mich so
in mein Herz zu begeben

ICH BIN

ICH BIN
Lebensbaum

ICH BIN
Feueratem

ICH BIN
Friedenstaube

ICH BIN
Sternenmantel

ICH BIN
Brot - Wein

ICH BIN
Lebensanker

ICH BIN
Alpha - Omega

ICH BIN
Licht - Dunkel

ICH BIN
Immersein

Gottesmutter

Danke

Ruhe

Innerliche Ruhe
hat etwas damit zu tun,

Stille
in Gedanken, Worten, Werken
Einkehr halten zu lassen -

dafür kannst Du
verschiedene Mantren,
das alles in sich enthaltende
O M rezitieren in
Gedanken, Worten, Werken

siehe, was in Deinem
Herzen Wirklichkeit ist

spüre, was Du alles
in Dein Herz sinken lässt,
was als unausgesprochene
und doch spürbare Energie
Du dort einschließt -

Die Botschaft:

Ein Vogel mit
großen Schwingen in der Luft,
am Himmel trägt eine

Rose
in seinem Schnabel

Ruhe bedeutet auch

Offenheit und

die Freiheit
alle Lasten anzusehen
und loslassen was möglich

Danke