

Inhaltsangabe

Göttin - Gott finden	2
Muttergöttin	4
Frühlingserwachen	8
Muttergöttin -Aussöhnung - Karma	14
Lied: Gib mir die Kraft	20
ICH BIN Engel des Lebens	22
Freudenbad	24
Freiheit	28
Vollendet - Liebeskraft	32
Erneuerung	36
Lebenswille	42
Lebensbilder	48
Gedicht: Bäume	50

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

Texte XV



Inmemoriam



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

Gedicht:

Bäume

Baumspitzen
wie Pyramiden

ragen in den
Neuen Tag -
erscheinen in
der Morgendämmerung
des immer wieder

Neuen Lichtes

dem sie begrüßend
ihr Wesen öffnen

um die Kraft seiner Wärme
mitzunehmen
in ihren Schlaf
aus dem sie am Abend
frisch erwachen

um den Wesen der Erde
Atemluft für's Lebens
zu schenken



foto wk

Lebensbilder

Du trägst in Dir

den ganzen
Reichtum Deiner Seele -
die ganze Schönheit
Deines Wesens strahlt mit MIR

Ganz bei MIR Sein -
Herz öffnen

Ein Schmerz als
tiefer, dunkler Raum in mir, der
Irrweg, Missverständnis,
Einflüsterung heißt -

Räume die sich
quadratisch ineinanderschieben -
einen Finger der ölverschmutzt als
Synonym für notwendige
Körper - Seele - Geist - Reinigung

Affirmation:

ich bin Frei und Allein
und Eins mit Allen
Wesen in Gott

Du bist
Mutter aller Religionen -
Kostbarkeiten der Ikonen

trägst ICH BIN
auf Deinen Armen -
an Deines Herzens Seite
wiegst E S
auf Deinem Schoss

bist
Gebälerin - Herzwiege
bist
Nährerin - Liebe
bist
Schützerin - Weisheit

+

Hin und Her schwanken
ohne Wurzeln sein
verletzte Körperlichkeit -
Sexualität

was tust Du
auf einem sinkenden Schiff?

Du schwimmst wohl los
so nackt wie Du bist
ohne Ballast mitzunehmen-
oder willst Du Untergehen?

Unbelebtes Haus,
meine Liebe fehlt

Bitten um Hilfe an
Unsere Muttergöttin
„Oh Maria hilf“

Deine Liebe
die uns füllt,
in ein rotes Licht hüllt,

trägt
einen Strahlenkranz
lebendiger Margeritenblüten
als

Zeichen
um unser Haupt
in unseren Geist

ist
Sakrale Schwingung
unserer Herzen

Danke

Lied Mir gescheh nach DEINEM Wort

Mir gescheh nach DEINEM Wort
hab ich zum HERRN gesagt
Sein Wort zu mir, es ist ganz still
ER weiß stets was ich will

Mir gescheh nach DEINEM Wort
hab ich zum HERRN gesagt
Komm leb mit MIR ohn' Raum und Zeit
komm trag ein Neues Kleid

Mir gescheh nach DEINEM Wort
hab ich zum HERRN gesagt
Erwach' im Jetzt, erwach' im Hier
Dein Herz singt WIR

Mir gescheh nach DEINEM Wort
hab ich zum HERRN gesagt
SEIN Wort an mich, Es spricht für sich

ICH liebe Dich

Komme, komme,
komme heraus
komme, komme,
komme aus Deinem Haus

sehe wir locken Dich
sehe wir zwicken Dich
sehe wir singen Lieder im Raum
sehe wir sind bei Dir im Traum

komme hervor, öffne Dein Ohr
Tanze mit uns
spüre den Mantel aus Licht,
spüre er hilft uns gewiss,
Neu zu Erwachen

um mich ein
Mantel aus Licht,
schwere Berge auf meiner
Schulter und ich brauche,
bekomme

Mut, Vertrauen, dass ein
Weg für mich da ist,
obwohl ich mich immer noch
gefesselt fühle

+

Lebenswille

Gotteswille -
ICH will etwas
Ganz Anderes von Dir:

ICH will, dass
Du Liebst
aus Deinem Ganzen Herzen -
aus Deiner Ganzen Seele
mit Allen Deinen Werken

was nutzt es
wenn Du ... hast und die
Liebe wohnt nicht in
diesem Deinem Heim - Deinem Körper?
spürst Du dann dort
Deine Heimat oder
sehnt Du Dich weiterhin nach MIR? -

meinen Kopf als
Raum, indem Türen aufgehen -
mehrere Räume unter Ruinen -
Türen gehen auf und zu,
Leute gingen ein-aus

empfinde, dass ich es mir
schwer mache, die Türen zu öffnen,
könnte sie auch ganz leicht öffnen

Thema Schwere - Leichtigkeit

Meditation s. Friedensgebete

Sprich:
Ich liebe und alles ist Gut -

Dabei öffnet sich
mein Herz und es entfalten
sich lauter Blumenblüten

Komponieren:
Notenblumen fließen als
Liederblüten aus meinem Herzen
für alle Wesen der Erde - der Welt
und erfreuen mit Jubel und
Gesang alles Sein

meine Kompositionen tragen
Botschaften, ähnlich denen des
Ikebana - des Feng Shui (Wind-Wasser)

Yin & Yang sind
Vollendete Melodien im
Rhythmus des Lebens -

sehe verschiedene Blumen
keinen Sinn drin,
schwere Schultern

nehme an und
danach wurde mir Ganz warm

+

Ich spüre
Zurückweisung,
nicht Gewollt sein,
keinen Platz haben,
draussen sein,
Trauer und das
Fehlen meines Urvertrauens -

wir gehen
nochmals zu Deiner Quelle:

Ich sehe Dich wie ein
kleines, neugieriges Kind an
Deiner Quelle, die Du immer wieder
zuschüttetest mit Sand, Steinen um zu sehen,
ob und wo sie dann herauskommt -
Weinen weil sie verschwunden

Ein riesiger Felsbrocken
versperrt den Alten Quellenweg
und so

bahne ICH in Dir
Einen Neuen Weg durch die
Labyrinth Deiner Leben -

Begleite Dich auf
unterirdischem Terrain und
steige mit Dir erneut auf,
wenn Du bereit - wenn Du willst

Lied noch ohne Noten:

Es wird mir nichts geschehen

Es wird mir nichts geschehen
ich will in DEINER Liebe gehen
SIE fließt als Licht und Leben
aus DEINES Weinstocks Reben

Es wird mir nichts geschehen
ich will in DEINER Liebe gehen
SIE hüllt mich wie ein Mantel ein
lässt mich Darin, geborgen sein

Es wird mir nichts geschehen
ich will in DEINER Liebe gehen
SIE führet mich, mit sanfter Hand
ins lang versprochne Land

Es wird mir nichts geschehen
ich will in DEINER Liebe gehen
SIE ist meines Herzens Band
ich geb mich hin - hab DICH erkannt
ich geb mich hin -
hab DICH erkannt

Danke

Alleinsein -
Offensein -
Weitsein -
ohne Grenzen sein
ist für Dich wie

Gefangensein mit
Dir Selbst und das
fällt Dir schwer -

Du brauchst den Wald
um Deine Lebendigkeit zu spüren,
um Deine Kraft zu bremsen,
um Dich Wahrzunehmen, damit
Du vielfältige Körperlichkeit
ausdrücken kannst

fange Neu an -
spreche mit Deinen Händen:
Male - bastle - batike - singe
tanze - lache und

höre Die
Töne Deines Herzens

spüre Dem
Licht nach in Dir

AUFGABE:

Durch
L I E B E

unsere Seele
erheben - reinigen

hinwenden
zum
Quell allen Seins

werden

strahlende, leuchtende Kraft
der Liebe Dessen
Der uns ausgesandt hat

Manifestationen
SEINER LIEBE zu SEIN

+

Erneuerung

Kommunikation
= Deine Wahrhaftigkeit finden

Zwerg mit Narrenkappe
= ausziehen

Schild auf Deiner Brust
als Belastung = ausziehen

ich empfinde mich so, als
ob ich mich klein mache -

der Narr trägt eine
tiefe Weisheit in sich - in Dir:
Er nimmt seinen Hut, setzt ihn auf,
macht seine Spässe dort, wo es schon
nichts mehr zu Lachen gibt -
er zerstreut so
Schmerz - Traurigkeiten für den
Moment der Zeit, des Vergessen des Leides -

macht
Mut für das Leben, in das der
Mensch gestellt ist -

er ist die
Maske um Traurigkeiten
zu verstecken -

Chance der Erkenntnis
im
Kreislauf der Materie

Chance der Befreiung
der Seele im Körper

Chance der Auflösung
von Bindungen Durch Liebe

Chance Leid wandeln

Chance der Versöhnung
mit allen Wesen

Chance mich als Seele
empfinden

Chance mich als Werkzeug
sehen

Chance mich als DienendeR im Universum
erkennen

Chance
zurückfinden in Gott

+

Wir gehen den Weg
erneut gemeinsam und
ich merke die vielen Lebensmuster,
die mich abhalten, in der
Bewegung des Lebens mitzutanzten,
obwohl ich als

DienerIn
Meines ICH BIN leben will

Ich höre mich
Sprechen
im
Schweigen des Lebens:

ich bringe DIR
Mein Leben zurück -

gebe Es DIR,
von
DER ich Es bekommen
und

Ich Bin
Vollendet
Vollkommen

+



Felssteine im Fluss des Lebenswassers

Danke

Vollendet

Mutter - Göttin:
Gehe mit MIR in Unseren
Maja - Muttertempel und

Heile mit der
Kraft der Liebe, die
Wir für Dich dort fließen lassen
sage „J a“, nimm an und

Sei Neugeboren als Frau, die
alle Freuden des Herzens mit
Geist - Seele - Körper leben kann -

meine Gebärmutter
greift nach meinem Herzen für die
Linderung ihrer Schmerzen -

wir gehen zum Muttertempel

ich konnte die
Treppen kaum hochkommen,
spüre all die Lasten, die ich als
Mann und Frau gegeben - bekommen -

bitte um Vergebung
alle Frauen - Männern
und vergebe -
mir wird Leichter,
mein Bauch entspannt -



+

Was belastet mein Scheitelchakra?

Deine Vorstellungen, Äußerlichkeit,
Statussymbole, negatives sehen -
Schmerz hinter linkem Auge, Kopflasten,
Sorgen um Geld und Gut -

Du kannst Dich nur
Selbst überlisten, indem Du den
Strom voller Licht, die
nährenden - wärmenden Wasser, die
Gute Erde, die Reine Luft
MEINES und Deines SEINS leugnest -

Kannst Du Dir vorstellen, dass
Dir etwas geschenkt wird, das Dich
frei macht von allen Deinen Sorgen
und dass Du dadurch
Dein Leben lebst? -

Gefühle wie:
ich muss viel tun damit
Gott mich annimmt -
bis ich Liebe spüre, weil ich mich erst dann
dazu entscheiden kann -
meine Hand, mein Arm krampft in der Kälte,
ich bin wie abgequetscht

Ich Bin

mein Göttliches Sein
und falle als

Tropfen

in die
Ganzheit
des

Meeres Liebe

Danke

Freiheit

Gedanken -
mein Kopf ist unruhig, belastet, eng,
Städte, Tiere springen aus meinen
Gedanken in die Welt hinaus -

die Kraft, die Du in diese Enge gibst,
erfordert einen großen Teil
Deiner Energie, die Du Dir auf
diese Weise wegnimmst,
willst Du so weitermachen? -

In meinem Herzen Töne,
Metallheere, Prachtkorso, ein Zug
Indianer auf Pferden kommt aus
einer Schlucht -
Berge wandeln sich in sprengende Steine,
in Wasserfälle, die als warmes, weiches Wasser,
in eine Senke stürzen - wird sanfter

kannst Du ruhig werden-sein?
die Qualität dieses Mantras annehmen?
Still sitzen, nichts tun
der Frühling kommt - das Gras wächst

Einfach sein -
Denken aufgeben, beruhigen?
lasse die
Gedankenhorden losstürmen,
Befreie Dich

Dein Heimfinden zu
Deiner Lebensquelle in
Deinem Herzen ist
ungewohnt für Dich,

alltägliche Gedanken,
metallene Gefühle, Traurigkeiten
begleiten Dich dabei,

Du empfindest alles als Dunkel
und ich sehe eine schwarze Dicke Türe
rundum strahlt aus allen ihren Ritzen
das Licht Deines Herzens -

doch Du
traust Dich noch nicht,
diese Türe zu öffnen

Vergiss,
was Du gelernt über
Schuld - Sünde - Angst
und

Komme - öffne Dein Herz

+

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

Morgenfriede
trägt die Erde als

Gabe des Lebens -

Botschaft für das Jetzt -

Kreissymbol der Wandlung
im Ewigen Rhythmus

Dankgebet für
die Gnade des Leben

Danke

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

Muttergöttin

Deine Lebendigen
Wasser bewegen meinen
Geist, der in der
Sonne Deines Seins
im Garten Eden ist

in diesen Wassern
wurzelt der
Baum des Lebens und
in Ihnen öffnen sich die
Lotosblüten Deiner Liebe um
mit ihrer Schönheit von
Deinem Sein zu zeugen -
mit ihrem Duft von Deiner
Liebe getragen zu werden
mit ihrem Ruf Deine Schwingungen
als

Boten
eines Neuen Morgens -
eines Jungen Tages -
eines Immerwährenden Lebens
zu künden -



federleicht

Danke

Du breitest das
weiße Linnen meiner Seele,
das ich gewebt habe
über den
vergänglichen, losgelassenen,
aufgelösten Formen
meines Seins aus
und

bist DIR

meine in

Auferstehung

Danke



Steinkreis

Danke

Frühlingserwachen

Licht -

Ach Du liebes bisschen
ich kann im Licht gehen,
dabei ist das sooo schwer ...

mich eine kleine Zeit Konzentrieren,
meditieren, in meine Mitte finden,
von Innen nach Aussen strahlen,
einen Lichtmantel tragen,
das macht viel Arbeit, obwohl
es doch auch wieder nur
ca 1/2 Stunde am Tag für mich ist

ich brauche Stille - Frieden
Aufatmen von der
Last des Tages, der Nacht
Wachsen in des Lebens Fülle

Ja - sagen zum Leben
Ja - sagen für
Mein Höchstes Selbst



+

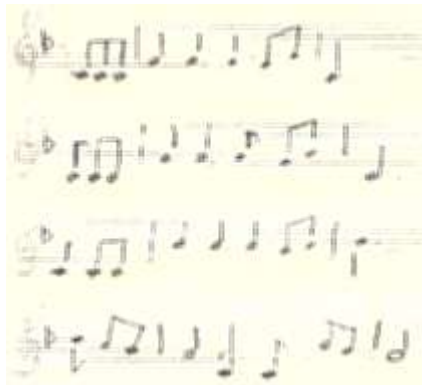
Lied:

Es kommt der Frühling

Es kommt der Frühling in unser Land
.... reicht Euch die Hand
.... der Leben bringt
.... und alles singt

Es kommt der Frühling mit Sonnenglanz
.... mit Elfentanz
.... mit jungem Grün
.... die Blumen blüh'n

Es kommt der Frühling die Erde lacht
.... Natur erwacht
.... mit Segen stark
.... Gott Danke sag



+

Individualität

Wer oder Was bist Du
o h n e

Familie - Gruppe?
Religion - Erziehung - Schule?

Erde - Kosmos - Umwelt?
Ort - Stadt - Land?
Wohnung - Haus - Auto?

Arbeit - Termine - Reisen?
Kleidung - Maske?

Wer oder was bist Du nackt?
frei und ungebunden?
froh und glücklich?
frisch und munter?
fromm und zufrieden?
friedlich und still?
freundlich und nett?
fremd und einsam?
fröstelnd und kalt?
finster und dunkel?

wo bist Du nackt?
in Dir?
im Aussen?
bei Dir?
bei Anderen?
in Gott?

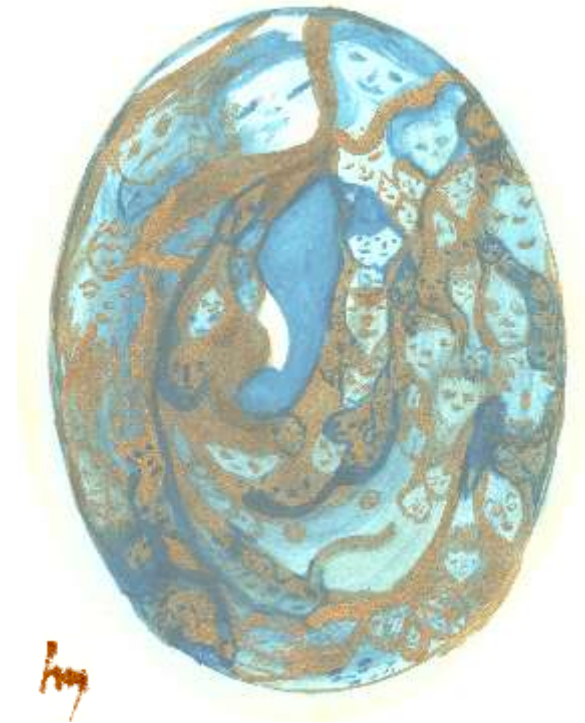
+

Partnerschaft?

für mich mit
Frauen - Künstlerbeziehung -
lieber Mann und ein Kind -

Vater? -
ich schließe Frieden
CD-Gila und
Herz wurde warm

... Offenheit



Lebensbilder

Einem Geysir ähnlich, der seine Wasser
mit der Kohlensäure nach außen bringt,
hat sich dieser Druck in Deinem Inneren
aufgebaut

auch so ist
Deine Quelle möglich -
obwohl Du Angst davor hast,
so eruptiv Deine Wasser =
Emotionen zu verschenken -

Glaubenssatz:
wenn ich Tue was Gott will,
was mein Weg ist,
dann tut es nicht weh -

Darf mir
erlauben Schmerzen zu haben,
Emotionen auszudrücken,
den Schmerz annehmen
statt ihn wegzupacken

es wird mir
leichter ums Herz

Danke

Muttergöttin -
Aussöhnung mit Dir

Ich sehe
einen jungen Delphin mit
großer Kraft und Leichtigkeit
aus dem Ozean in die Luft springen

Leben ist
Einfachheit - Sein
atmen im natürlichen Rhythmus

Bilder von
Mädchen, jungen Frauen,
alten Frauen, weisen Frauen

Wandel der Jahreszeiten -
Wandel der Lebenszyklen -
Wandel des Lebens und
einige Herzensworte im Ohr:

Lasse das
Meer des Leidens
unter - neben - über Dir in den
Wassern der Liebe gereinigt werden
denn

wisse

ICH BIN
fließe mit Dir
in den
OZEAN MEINER LIEBE

Du meinst, dass diese
Trennungen auch Dich trennen
von Deinem Herzen, das doch fühlt:
ich liebe -

von Deinem Körper der voller
Sehnsucht nach Berührung und
Ausdruck der Liebesfähigkeit
für Dich ist und zurück bleibt
eine Büste, die nur noch aus
Kopf und Hals besteht, ein
Torso der Ohne Leben ist, indem die
Gedanken ohne Schall verklingen

vergiss und sei Neu -

trennen geschieht in Dir immerzu
ohne Trennung existierte Dein
Körpersein nicht -
Atem - Verdauung usw.

Dich auch
nach der Partnertrennung
ganz zu fühlen - alles das zu tun
was lebendig ist, braucht
Deine Zeit der Wandlung
und

sei gewiss

ICH BIN für Dich Da -
+

K a r m a

Karma = Chance

Leben als Chance ES zu erkennen

Chance der Begegnung bekannter Seelen

Chance der Wiedergutmachung

Chance „rund“ zu werden

Chance die Ganzheit zu finden

Chance heil zu werden

Chance frei zu werden

Chance das Gefundene mitzunehmen

als Prägung in unserer Seele

Chance die Liebe leben

die unser Ursprung ist

Chance den Schmerz

als

B r ü c k e

zum

Neuen Ufer Liebe

wahrzunehmen

Ich spüre, das ich
meinen Partner loslasse und
habe Angst, Alleine zu sein -

der Schmerz des
Alleinseins wird nicht so
groß sein, um Dich
gefangen zu halten in der
Sehnsucht nach ihm -

Ganz Du Sein, macht Dich
frei für die Partnerschaft,
die Du leben willst

Ein Lichtfragezeichen,
eine Lichtglocke wandelt sich in
ein Seepferdchen - Höre:

Selbst die
Seepferdchen im Meer sind
MEINE Geschöpfe, für die
ICH Sorge und die dort ihreN
PartnerIn finden, um ihre
Art zu erhalten -

+

Liebeskraft

Chance der Wahrnehmung:
„Es ist alles vorhanden was ich,
die Seele brauche“

Chance der Gnade teilhaftig sein, dass
Gott Immerwährende Liebe ist

Chance alle Menschen - alle Wesen
als Brüder und Schwestern erkennen

Chance die Liebe die wir sind
in der Körperlichkeit leben

Chance Liebe geben
Gnade Liebe empfangen
Freude Liebe schenken

Leben
Liebesakt Gottes

Schöpfung in Ewigkeit

Die Kraft Einer Liebe
sprengt das Grab
indem Du Dich verfangen hast
stößt den Grabstein um, den
Du auf Dir errichtet hast
leuchtet in Deiner Dunkelheit
singt das Lied Deines Seins
schenkt Dir Neues Leben mit MIR

die Kraft Einer Liebe

tanz
im Reigen Deiner Freude

heilt
alle Deine Wunden

strahlt
durch Dich

wandelt
Macht in Güte

führt
Dich in allem Sein

Danke

Lied: Gib mir die Kraft

Gib mir die Kraft jetzt Die Liebe zu sehn
.... mit DIR aufzustehn
.... DEINEN Willen zu tun
.... bei DIR auszuruhn

Gib mir die Kraft jetzt Die Liebe zu sehn
.... Neue Wege zu gehn
.... auf eignen Beinen zu stehn
.... auf der Erde zu gehn

Gib mir die Kraft jetzt die Liebe zu sehn
.... das Leben Neu zu spürn
.... auch die Sonne zu sehn
.... auf dem Berge zu stehn

Gib mir die Kraft jetzt Die Liebe zu sehn
.... DEINE Liebe zu spürn
.... frei und offen zu sein
... jetzt allen zu verzeihn

Gib mir die Kraft jetzt Die Liebe zu sehn
.... alle Wesen zu verstehn
.... auch den Himmel zu sehn
.... jetzt im Licht zu gehn

Gib mir die Kraft jetzt Die Liebe zu sehn
.... im Hier und Heute zu stehn
.... nun dem Leben zu trau'n
.... Neue Welten zu bau'n

Werde die Treppe von
zwei Männern hochgezerrt-
soll Geopfert werden,
bin Mann und Frau -
im weiblichen Körper,
im männlichen Körper und
alles wandelt sich

Komme zu einem
Mann der niederkniet, mich als

Frau mit seinen Händen empfängt -
aufrichtet, bis wir Beide uns in weiß -
goldenen Gewändern gegenüberstehen

der Schmerz meiner Lendenwirbel
ertönt als nicht Beugen wollen, Steifheit,
mich nicht fließen lassen im Strom des Lebens

gehe die Treppe hoch,
merke, dass es schwer ist - eine
Reinigungsspirale die uns einhüllt

Zeremonie wird Celebriert
zuerst bei Vollmond -
dann bei Dunkelmond:
Legen auf den Opfertisch - Altar
und er wird in die Erde gesenkt

Dunkelheit - Schweigen -
Unendlichkeitserfahrung
in der Leben beginnt
+

ICH BIN ENGEL

ICH BIN
der Engel
der schon oft mit Dir war

ICH BIN
immer da
um Neue Wege
mit Dir zu gehen

ICH BIN
Dir und Allen Hilfe
und

habe Mut
mit MIR EINS zu SEIN

ICH BIN LEBEN
in Dir

ICH BIN LEBEN
an allen Schwellen Deines Daseins

ICH BIN
HEUTE und STETS
Deine Begleitung

+

Geheimzeichen

Auf einem filigran geklöppelten
Handschuh, den Du trägst,
Kräfte die Du angenommen, die
Dich trennen von MIR und

Höre in Deinem Herzen
MEINE Frage an Dich:
„Willst Du MEINE Dienerin Sein?“

Ein „Ja“
im Herzen macht alles leicht und
eine riesige, helle Crystallkugel
lädt mich ein, hindurchzugehen -

der Weg wird ein
Dunkler Crystall, der sich
rundet und sich setzt auf einen
hellen, größeren Crystall

bin entspannt und mein
„Ja“ führt mich auf einer
Dunklen Spirale in
(m)eine Pyramide

Danke

Freudenbad

Freude -

es gibt nicht
viel zu sagen -

ICH freue MICH,
dass Du hier bist -
ICH möchte Deine Seele salben
mit dem Balsam, der Dir die
Freude des Lebens bringt

ICH möchte Deinen Körper salben
mit dem Balsam der Heilung, damit
Deine Ängste werden zu
Schlacken im Feuer der Läuterung -
Wertvolle Gaben in Dir

ICH möchte Deinen Geist salben
mit dem Balsam des Mutes - des Vertrauens,
MICH in Deinem Herzen zu spüren, indem
ICH wohne mit Dir alle Zeit

Geschichte des Zenmeisters,
Der einen drängenden Gelehrten,
westlichen Wissenschaftler,
der sein Schüler werden will, zur

Teezeremonie bittet -
sie Selbst Celebriert -
den Tee auch noch in die
volle Tasse gießt bis der
Gelehrte ruft:

„Meister - Meister
die Tasse ist doch voll“
Antwortet der Meister:

„Ja mein Sohn, Du bist wie die
Tasse Übervoll - nur in
eine leere Tasse kann Tee
gegossen werden“ -

Hitze, Kälte in meiner
empfangenden Hand, meinem
ganzen Arm bis zum Herzen -

ein Wasserfall floss durch
Stromschnellen in eine Höhle,
die ein Feuer erhellte, indem geschmiedet
und dies in meine Hand,
mein Herz gebrannt wurde -
+

Siehe, ein Rabe
(Indianisches Totemtier)
bietet Dir seine Hilfe an

Du bist wie ein
tief verletzter Baum, der
Heilung braucht - erbitten kann
und doch fällt Dir gerade
das Bitten darum, sehr schwer -

Quelle

Quelle, Quelle murmle leise
geh mit uns auf weite Reise

in ein wohlbekanntes Land
indem schon unsre Wiege stand -
lass uns dort Zuhause sein

Quellgrund
ist
nur ES allein

Du und ICH
und
alles Sein
ist in SEINEM Herz daheim

Versuche folgende Übung:
spüre die Wärme Deines
Herzenslichtes in Deinem Rücken -
sitze vor den Strahlen Deiner Herzenssonne,
die Dich mit Ihren Strahlenarmen umfängt -
einhüllt in ihre bunten Lichtstrahlen, wie die
Untergehende, noch wärmende Sonne
eines Sommerabend's und
Höre Deine Herzensstimme
die sehnsuchtsvoll von MIR vernommen wird:

„Ich möchte meine Seele spüren -
in meinem Herzen wohnen -
meinen Körper, meine Seele,
meinen Geist Einen - Ganz Sein im Jetzt

Trauer in Dir braucht Deine
Vergebung für Alle, die sie Dir zugefügt,
ebenso wie Du für Deine Eigenen,
ausgesäten Traurigkeiten um Vergebung
bitten, sie Dir und Anderen verzeihen kannst

stelle Dir vor, Du badest im Heiligen See,
der Dir alle Traurigkeit abnimmt
- Dich mit Liebesbalsam heilt -

Tiefe Ruhe - Frieden durchströmen mein Sein
und ein Reiner Crystall voller Licht
begleitet mich eine kleine Weile -

ich bedanke mich für die Hilfe
+