

Inhaltsangabe

Göttin - Gott finden	2
Heilung	4
Beziehung	6
Schlüssel	8
Heilungsmeditation	14
Unterstützung	19
Schenken	22
Arbeitslosigkeit	30
Befreien	34
Urlaub	36
Traumarbeit	42
Adiamo, gehet in die Stille	44
Lebensfragen	37
Traumarbeit	42
Adiamo, gehet hin	44

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

Texte XXVIII



Inmemoriam



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

Wie mit Tochter umgehen ?

Wie soll man-Du mit
einem Kind umgehen, das
Liebe, Zuwendung und Zärtlichkeit braucht,
das Helfen will und kann, ohne ständig
von Mutters Leiden gebückt, gebeugt zu werden?
Fessele sie nicht mit Deiner Erkrankung

vielleicht könnt Ihr Euch durch
gemeinsame Meditation unterstützen -

Euch Zuwendung geben, in dem
Du ihren, sie deinen Rücken leicht
mit unterstützender Creme einreibt

dabei Musik hört - nicht spricht !
außer es tut etwas zu weh und
dies durch ein verabredetes
Zeichen kundtut

versucht bitte einmal
ohne Worte Euch
einzufühlen ineinander und
Euch all das zu geben, was
ICH für Jede von Euch in
dem Moment schenke



foto wk

Adiamo -
gehst in die Stille

Meine Frage ist, habe ich
einen Bandscheibenvorfall ?

Belastungen
im Sonnengeflecht,
Halschakra,
Ring unter der Brust mit
Blockade der Wirbelsäule

Die Blockade in der
Wirbelsäule unterhalb der BWS
belastet Deinen Atem -
ist von Überanstrengung eine
Verschiebung der Wirbel -

braucht weiterhin Akupunktur,
leichte Massage, heiße Dusche und
Cranio - sacral Therapie können
angewandt werden

auch die Übungen im Geistigen =
Wirbelsäule als gesund visualisieren
ist weiterhin angesagt

lege Dir bitte Musik auf,
ein Stück, von dem Du das
Gefühl hast, dass es wie
fließendes Wasser ist
und

Aus Meditationen:

Meine Gedanken wirbeln
in vollendeter Schönheit
im Tanz meines Lebens mit Ihr
über der Erde Sein -

vergeben Kränkungen und
erlittene Verletzungen,
bringen
Gesundheit - Kraft - Mut
weiterzuschwingen in
Erdensphären -

Breiten
meine Seele aus mit all
der Freude - der Liebe,
deren ich fähig und

tragen mich
auf Flügeln, die
leicht - zart - sanft
einkehren in

Die Stille meines Herzen
Die Stille des Schweigens
Die Stille des Friedens
Die Stille die mich weiterträgt
als Himmel und Erde reichen -

Danke

Ewigkeit

Traumarbeit

Für ... dunkle Glocke
weitere Prüfung und
noch mehr Gott unterstellen

Konstruktive Kritik

Göttliches hat Vorrang

Öffnung für Fähigkeiten in Dir

Ein Drache, der Dir zeigt,
die Vergangenheit ist vorbei -

Befreiung von der Aufgabe,
HüterIn der Pforte zu sein

Aufgabe im
Leben Jesu nachvollziehen

alle „ Leichen “ begraben

noch mehr Disziplin,
Konzentration -
weniger Reden

noch aufrichtiger
von Gott bewegen lassen -
im Göttlichen schwingen - binden

Liebende Sein

hilft Deiner Seele
ihr Maß einhalten,
ihre Wasser, Gefühle zu sammeln,
Dich nicht in Äußerlichkeiten
zu verlieren, die vergänglich

den Kern, die Fruchtbarkeit
Deiner Seele, Deines Seins
öffnen und ausströmen an
den Geliebten

ohne Forderungen
die Tiefe des Einssein leben

in die stille Freude
der Begleitung - des Gehaltenwerdens
eintauchen um das zu spüren:

Ich Bin Liebe
Du Bist Liebe

Wir sind Liebe -
Unvergängliches Liebesein

Danke

Akupunktur

Die Akupunktur
führe bitte weiter -
sie wirkt mit den

Atemübungen, die Du
auf dem Bauch liegend und
7-8x in Deinen Unterbauch atmend,
die Wirbel vom Steißbein und
die Muskulatur dehnend tust,
um
freier zu schwingen in
Deiner Erdverbindung,
im Wurzelchakra

den Ring
unterhalb der BWS sehe
bitte als Lichtring, der pulsierend
die Enge in Weite wandelt,
Dich frei und weniger
schmerzhaft atmen lässt -

für Dein Sonnengeflecht
sprich das Mantra:

Mein Sonnengeflecht dreht
sich in Göttlicher Ordnung
und

Gleite
mit jedem Atemzug,
mit jedem Gedanken in die
Heilungsschwingungen des Lebens -

dort fließen:

die körpereigenen Endorphine
als Schmerzstillung -

die Gefühle der
Geborgenheit in MIR
als Trost in Deine Seele -

der Frieden als
Stille in Deinen Geist,
indem Du ausruhen -
Dich erholen kannst

Die Tiefe des Hasses
lösche in Dir, denn wisse:

Hass ist Schmerz,
Gewalt, Leid und Tränen -
Einsamkeit Deines Lebens
die der Wüste gleicht

+

Mache bitte

langsame Bewegungen
so gut es geht und

bitte evtl. den Arzt
um eine Spritze, falls der
Schmerz zu stark ist und
tue selbst:

immer wieder in
Ruhephasen obige Übungen
im Geiste nachvollziehen

für
Deine Tochter ist
ein Aufenthalt in
Spikeoog angesagt,
tut ihr gut wegen der Luft
und

ein Meer voller Sterne
ist dort für sie

Du kannst eintauchen
wie ein Regentropfen in MICH -
Dieser Liebe Meer -
Dich hingeben dem Leben,
nachdem Du Deine Schmerzen,
Deine Angst, die Konditionierungen
der Leben hinter Dir lässt,
endlich frei bist und mit Bewusstheit
Neu beginnst - Eins bist

ICH bitte Dich: liebe -
vor allem Dich selbst
und tue Gutes den Wesen,
die um dich sind -

Es ist so leicht,
leichter als das „Leben“
Deines Hasses, Deiner Ängste
in Deinem Lebensgefängnis

ICH bitte Dich: Nimm
die Hilfe der Engel an, die ICH Dir schicke,
Deine Fesseln zu lösen und

wandere weiter auf Deiner Reise mit MIR
und Deinem Schutzengel, denn siehe

Es bleibt

Der Liebe Sein, Die uns eint -
+

Urlaub ?

Energiestatus:

Lasten auf Herz
und Sonngflecht
Zähne links oben
Wirbelsäule

Tue bitte:

Öffne Deine Hände -
nehme an die Heilung, die
für Dich als Energieschwingungen,
die Deine Schmerzen durchdringen
und auflösen, da ist -

Atme gut und tief
und gib mit dem Ausatem
Deinen Schmerz frei, lasse ihn los

atme mit dem
Einatem in Deine Wirbelsäule,
hin in den Bereich knapp unterhalb
der BWS und dehne die Bandscheiben,

stelle Dir vor:, Du
streckst sie ein Stück weit auseinander
und langsam kann der Vorfall reguliert,
die Bandscheibe wieder in ihre
berechtigte Lage gebracht werden



Temperabild

ef

Danke

Befreien

Energiestatus:

Sonnengeflecht belastet
negative Bindungen
Nebenhöhlen = Zähne
(3ter rechts oben)

sprich bitte:

Alle meine Chakren
drehen sich in Göttlicher Ordnung

Ich bin frei und allein und Eins
mit allen Wesen in Göttin

beginne eine Vitamin C-Kur

singe mit dem Herzen
Lieder die befreien,
Dich fröhlich dem Leben öffnen,
das ICH Dir doch schenke

Die Worte:

Das Kreuz der Leiden
die ich getragen, mir aufgeladen,
lege ich ab

schreite befreit hinaus ins Leben,
klettere wie als kleines Kind,
auf den Baum des Lebens,

indem ich wieder hören kann
die Gesänge der Schöpfung -

indem ich wieder sehen kann
das Wachstum der Natur -

indem ich wieder fühlen kann
die Geborgenheit, die mich einhüllt,
mir Liebe schenkt in der ich lebe -

Gedanken
an letztes Jahr, dass die Steine
(Edelsteine) der Anstoß waren,
der mir geholfen, gute Gefühle,
Klarheit brachten für mein Leben -

wollte nicht mehr so wie ein
Felsbrocken gesehen werden
von den Menschen,
merkte eine langsame Akzeptanz -
+

Finden und Staunen
über die Schätze, die
in mir geborgen sind -

Die Schmerzen meines Herzens,
die Sehnsucht das „Richtige“ für
mein Leben, in meinem Leben zu tun
wandle ich mit der Zuversicht,

die Leben und Lieben heißt

die in die Schönheiten von
Natur-Musik-Literatur eintaucht
wie ein Tropfen ins Meer

die spielt mit den Möglichkeiten
von Arbeit und Ruhe,
Aktivität und Lösgelöstsein

die das Abenteuer
meines Geistes offenbart, mit dem ich
in diesem Körper - zu dieser Zeit lebe

die meine Seele bereichert
um das Wissen

Ich Bin daheim in Gott -
fühle mich wohl und schenke
meinen Inneren Reichtum der Welt

Sei vorsichtig mit Dir

sei achtsam mit Dir

sei langsam mit Dir

atme gut mit dem Leben

atme bewusst als Meditation
morgens und abends

atme die Liebe ein -
atme die Liebe aus

atme nicht nur hin zu
Deinen Schmerzen die Du hast

öffne mit dem
Einatem Dein Herz,
welches gesund und heil ist
über alle Zeit hinaus in der
Du lebstest auf Erden

atme in Dein Herz,
was frei geblieben ist
für das Heute - das Jetzt,
für die Zeit und den Raum
für das Leben, indem Du
immer (D) einen Platz hast
+

Arbeitslosigkeit

Praxis ...?

Stelle die Praxis
etwas in den Hintergrund -

verdunkle Deine Tage-Nächte
nicht mit Sorgen und Ängsten
um Selbständigkeit oder
Angestellte sein -
Praxis ja-nein oder hier - dort,
sage bitte im Herzen:

ich bin bereit,
die Arbeit zu tun,
die jetzt für mich da ist

mein Leben ist erfüllt mit
Frieden und Freude

ich lasse los
und gebe frei und weiß,
was zu mir gehört,
kommt wieder zu mir zurück -

Energiestatus:
Kopf, weibliche Seite
und Rücken belastet -
Stammhirnlasten links,
Herzschmerz

Unterstützung

Wie schafft ...die
14 Tage Klassenspiel ?

Mit Deiner Gedankenkraft -
Deiner Einstellung
fesselst Du Dich selbst -
hinderst Dich daran, dass
was gut ist beim Lernen in der Schule,
auch bei der Teilnahme an ihren
Projekten, für Dich anzunehmen

Setze Dich bitte hin,
meditiere und

lösche alle
negativen Lasten in Dir, die Du
mit Deinem Denken aufgebaut -
sie lasten auf Schultern,
in der HWS und am linken Unterarm

Du kannst frei sein
und dann ist es
leichter für Dich mit der
Teilnahme am Klassenspiel

+

Für die Grossmutter:

Leise pocht mein Herz -
leise und sanft wollte ich sein
und doch gelang es mir nicht,
im Leben dies zu tun

leise pocht mein Herz -
und ich möchte vergessen
den Schmerz, den ich erfahren
und den ich gesät an die,
die ich doch liebte

leise pocht mein Herz
und ich öffne es für die Hoffnung,
geliebt und geachtet zu werden
und eingehüllt in Zärtlichkeit,
die auch im Alter meine
versteckte Sehnsucht ist

Schmerz linkes Ohr -
Weiblichkeit - Mütterlichkeit heilen
nach Innen gehen und
verzeihen - vergeben -

ein „Ja“ für das Leben,
Fruchtbarkeit, Natürlichkeit,
Verbindung mit der Erde stärken

Alles ist gut, ich schaffe
mit Liebe und Freude mein
tägliches Pensum und bin bereit,
in der Schule mit meinen
MitschülerInnen und LehrerInnen
eine gute, friedvolle und freudige Zeit
zu leben, in der wir uns glücklich
beim Zusammensein fühlen

Erdungsübung Baum:

Füße-Beine = Wurzeln im Boden
Arme = Äste im Himmel und
Körper = Stamm im Herzen offen

Alle meine Chakren drehen sich
in Göttlicher Ordnung
und sprich bitte
mit liebendem Herzen

Ich segne
alle Menschen - Tiere - Pflanzen - Steine,
die mir heute begegnen und bringe ihnen
Gottes Lebenslicht

Danke

Für mich:

Ich habe Deinen Schoss gesucht,
obwohl Du noch nicht bereit für mich warst
und danke dafür, dass
Du mir das Leben schenktest -

ich verzeihe Dir die Einengungen,
Deine Unsicherheiten, mit denen Du
mich am Atmen hindertest -
ich gebe Dich frei in die Liebe,
die Dich und mich einhüllt -

gesehen, wie ich klein war
und Mama lieb zu mir, gute Mutter,
kann mich nur akzeptieren, wenn ich
immer noch wie ein Kind bin und
nicht als Erwachsene -

gespürt, sie hat nur als
Mutter wachsen können, nicht als Frau,
weil Oma im Haus war und sie es
deshalb schwer hat -
Befreiung erst wenn
Grossmutter gestorben sein wird -

konnte am
Anfang die Wörter sprechen,
dann kam Angst in mir auf,
nach Hause zu gehen
(Angst = Energiegabe an das Ego)

Tun
Abschied von Grossvater -

Ich gebe Dich frei in Gottes Hand -
löse mich von Dir und
danke für Deine Hand,
die Du mir gereicht und an der ich
mit Dir in's Leben spazierte

keine Tränen weinen um Dich, weil Du mir
nicht verloren bist, muss ich noch lernen,
denn die Freude, die Du mir gegeben,
ist stets in meinem Herzen -

ich sehe ein Licht und spüre
Du wanderst weiter und
wünsche Dir Frieden und Liebe,
die Dich und mich begleiten -

Erinnerungen daran, dass er uns
(meine Schwester und mich) verteidigte -
keinen Ärger ertrug und
Frieden stiftete

hören, dass ich
etwas für meine Eltern und
Grossmutter tun kann

+

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

Seid leise -
achtsam darauf bedacht

Euch Stille Freude
vom Herzen her zu bereiten,
die Euch Nähe bringt,
die Euch glücklich - zufrieden,
etwa wie eine „schnurrende Katze“
empfinden lässt -

macht Eure Herzen
weit füreinander -
lasst die Welt Eurer Sehnsucht,
die dort wohnt, ins Außen
füreinander strömen

genießt diese
Augenblicke miteinander -
sie vertreiben die Reibungen
und Schwierigkeiten einer
belasteten Kommunikation

Gebet Euch den Raum,
den Ihr persönlich benötigt -
freut Euch aneinander

in der Stille lebt die Wahrheit
die Euch befreit, damit Ihr
singen und tanzen könnt

Adiamo, gehet hin
Danke

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

Heilung

Sprich bitte:

Heute ist der Tag,
den mir das Leben schenkt

heute ist der Tag,
der mich weiterführt
auf meinem Weg, über
Steine, Felsen und Berge
(Krankheit - Schmerz - Leid)

hinauf in
lichte Höhen, wo
Ich Bin - Seele
die lebt - Immer

Der Blick schweift
in die Täler, zwischen denen die Sonne ihr Licht
ausbreitet -
über Felder und Wälder,
in denen
Licht und Schatten
spielen mit den Wolken

Stelle Dir vor, der
Liquor fließt in ständiger
Erneuerung wie frisches
Quellwasser vom Gehirn bis
zum Steißbein und wieder zurück -

er ist klar und rein,
ohne Belastungen und
das Scheitelchakra
heilt so die Wirbelsäule

Sei schweigsam,
trage Schmerz und Last alleine -
das Scheitelchakra entlastet so
Deinen Geist, Dein Halschakra
indem Du

an Heilung,
Hilfe von MIR denkst -
davon sprichst, die Du doch
jederzeit kontaktieren und
annehmen kannst

+

Beziehung

In Deinem Herzen
findest Du die Antworten
auf Deine Fragen -

triffst Du die Entscheidungen
für Dein Leben und

ICH gehe mit Dir
all die Wege Deines Herzens

Die Liebe für Dich,
Deinen Partner leben,
Bedeutet

Erhebung Eures Geistes
in Gemeinsamkeit

Achtsamkeit
der feinen Schwingungen
am Grund Eurer Seele

Zärtlichsein
in der Körperlichkeit

Dasein
in Zeiten von Nöten
und dadurch

Wachstum -
Einbettung in Liebesein

Herzöffnung
und Bitte für die, die
Dir Leid angetan -
damit wird es leichter für sie,
den Weg ins Göttliche zu finden -

für ...

Dich als Erde betrachten -

Neue Bindung
Göttlicher Vater -
Göttliche Mutter =
Einssein

Lebensschnur Erneuerung
in Demut annehmen und

die Macht ins Leben bringen,
im Strom der All-Liebe
mit Gott fließen

Danke

Schlüssel

Durch Türen
die verschlossen sind,
kann ICH nicht eintreten -

Du bist frei
MICH einzulassen in Dein Herz
MICH auszuschließen aus Deinem Herzen

Die Hilfe, die Du
erbittest, ist Dir nahe -
Du erhältst:
Schmerzlinderung für Deinen Körper,
Trost für Deine Seele
Frieden für Deinen Geist
Harmonie und Gleichgewicht
für Dein Leben

Eine Übung:
Spaziere in Gedanken hin zu der Stelle,
an der es Dir gut ging,
wo
Freude, Leichtigkeit und Lachen
in Dir waren; sei es eine Blume,
ein Baum, eine Landschaft, das Meer
und verweile dort, denn

hier schwingen alle
im Rhythmus des Lebens,
den ICH wieder in
Dir hervorrufen möchte

Behalte die

Geistigen Übungen
von gestern bei:

Deine Wirbelsäule gesund sehen,

empfinde sie,
so gut Du kannst,
im Körperlichen nach -

so tust Du eine
ganze Menge für
Deine Gesundheit

MEIN SEGEN -
MEINE HEILUNG ist mit Dir

Danke

Akupunktur

Energiestatus:
Sonnengeflecht belastet,
Scheitelchakra leicht bedeckt,
Wirbelsäule schmerzhaft,
unterhalb BWS sehr,
HWS und Steißbein leicht,
Herz heute frei

Die Schmerzen
trennen Dich von MIR

die Akupunktur
hat Deinen Atem befreit, Dein Herz

die Liebe und
Zuwendung der Mitmenschen
hilft Dir sehr und auch die
Atemübungen sind Dir gewogen,
wiegen Dich ins Gleichgewicht

richte Deine Seele auf,
auf zu MIR, Deiner Quelle
und sei vertrauensvoll,
dass Heilung geschieht

Es ist für Dich in Ordnung,
Schmerzlinderung über Spritze
oder Medikamente anzunehmen

+

Und doch

schenke ICH
lebensspendende Wasser
für die Oasen in ihr, damit

die Karawanen der
selbstgeschaffenen Bürden
sie hier trinken, sich erfrischen
und

mit Neuem Mut
weiterziehen können bis
an der Tage Ende, an denen
sie werden abgeladen, gelöscht -
überflüssig sind für die
Weiterreise über des Lebens Meer -

Die Tiefe Einer Liebe des Ozeans
in den Du vertrauensvoll
eintauchen kannst, ist
ICH BIN Da, mit Dir zu Sein,
sobald Du willst -

seine Wasser sind warm
und alles Leben
erneuert sich in ihnen

auch Du findest hier des Meeres Weite,
Dich wieder aufzunehmen in Liebe Sein,
da ICH Dich nie verlassen und stets geliebt

Liebe ...

Du könntes
bitten - beten:

Gib, dass der
Glaube an DICH
in mein Herz einkehrt,

dass trotz Schmerz,
angst, Leid und Tränen
die Hoffnung auf DICH,
in mir Platz findet,

dass DEINE Heilungsschwingungen
mich gesunden lassen,

dass DEINE Liebe mich öffnet,
wie eine Blume im Frühling
ihres Neuen Lebens
ihre Schönheit und ihren Duft
der Erde schenkt

Ich danke,
nehme
DEIN ICH BIN
für mich an

Sehe Deine Wirbelsäule
heil und elastisch,
tanze schon einmal im Geiste, damit
Du Dich im Sommer auf
einer Löwenzahnwiese drehen
und tanzen kannst

Biodynamische Therapie =
starke Belastungen im Sonnengeflecht
und im Rücken auf der rechten Seite -

lege die ganze Biodynamik
erstmal schlafen

Urlaub Spikeoog ?

kaum Luft,
starke Rückenschmerzen
und wie gefesselt sein -

nein, bleibe daheim

+

Heilungsmeditation

Zuerst
bitten Wir Dich,
Hilfe für Deinen Körper anzunehmen,
die Wir Dir geben wollen -

ich spürte, dass
ich für mich etwas tun muss

die Heilung annehmen
und

es purzeln Lasten
von Deinen Schultern, die Du
Dir aufgeladen und die Du
nicht mehr brauchst,

es fließen Energien
in Dein Herz, die Dir helfen,
Dich der Liebe zu öffnen, die
dort von Dir geborgen darauf warten,
hinaus in die Welt zu gelangen -

für Deinen Rücken ist der
Fluss der Heilung bereit,
durch Dich zu strömen, um
Dir alle Schmerzen zu lindern -

gespürt, etwas will
heraus aus mir -

Danken
und Dich demütig beugen,
um aufrecht und beweglich
die Liebe auszustrahlen in
Deine Gedanken - Deine Welt

die Lasten von
Deinen Schultern nehmen -

Dein Kind frei lassen,
keine Ängste auf es projizieren -

Deine Herzenstüren
weit öffnen und mit den
Augen der Liebe in
Deine Welt schauen

Danke

Mein vor mich
hinwurschteln und die
Existenzfrage tauchten auf -

im Herzen die Bereitschaft,
mein Kreuz abnehmen

Der Liebe Wärme
durchströmt mein Sein -
Ich Bin wieder Daheim, dort,
wo Ich mit dem Leben Eins Bin

die Welt, die Du in Dir spürst,
die Du gesucht in der Einsamkeit,
die Dir vom Außen gegeben,
in die Du geboren, hat immer und stets
die Einheit mit den Reichen, die für die meisten
Menschen und zumal für Deine Familie nie sichtbar
war, beinhaltet:

die Reiche von Fee'n und Elfen -
von Nymphen und Faunen, die den
gesamten Kosmos und die Erde
durchdringen, haben Dir
Lebenskraft und Rückhalt
abseits des menschlichen
Daseins geboten

Töne,
die im Rhythmus schwingen
tragen Hilfe zu Dir

öffne Dein Herz für Neues -
warte mit Geduld auf Dein „Aktivwerden“ -
bedränge Dich nicht -

Atme gut -
Yoga ist eine ausgezeichnete
Erholtätigkeit für Dich,
Du weißt:

Alle Türen gehen auf für Dich,
Alle Räume, die Du betrittst
erhellst Du mit Deinem Glanz,
die Menschen - Tiere - Pflanzen -
Erde und Himmel freuen sich an Dir -

gehe leise und achtsam für Dich,
lenke Deinen Geist in
MEINE Freiheit und Weite und
bringe sie den Wesen der Erde
mit der Freude Deines Herzens

Danke

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

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

Danke

Was kann ich tun ?

Empfinde nach:

Das Leben ist leicht
und gut für mich -
ich lege die Lasten ab,
die ich mir auflade -

Unsicherheiten im
beruflichen kenne ich nicht -
meine Arbeit liebe ich

die Pause der Arbeitslosigkeit
nutze ich für mich, indem
ich ausruhe und mich erhole -
ich mich meinem Partner liebevoll
zuwende (obwohl der in eine andere
Richtung - viel Arbeit - sieht)

ich all das tue, was
mir Freude macht:

Spaziergehen in der Natur
schreiben was in meinem Herzen ist
sortieren was so lange liegen blieb
(auch schriftliches)

+

Beginne
den Morgen mit
einem Dank für Dein Leben
und für die Freude über die
Teilnahme am Klassenspiel -

so erhältst
Du die Kraft, Deinen Tag
dabei zu gestalten und
Deine Aufgabe zu erfüllen -

Müdigkeit kommt von
Deinem Widerstand im Inneren
gegen das Mitmachen -
ist reine Energievergeudung -

Erkläre -
also mache Dir k l a r, dass
das Spiel einfach nur mit Dir gelingt
und der Spaß mit Leichtigkeit und
frohem Sinn für Dich eine kleine Übung ist, die Du
spielend schaffst, die Dir leicht fällt

ernähre Dich gut,
Vitamine, Obst, Nüsse -
nutzte die Pausen als Ruhephasen,
in denen Du kurz um Tatkraft bittest
und sage Dir:



Mutter

Wir danken für alle Hilfe

Schenken

Energiestatus:

Belastungen Scheitelchakra rechts
linke Schädelhälfte überm Ohr
linkes Schulterblatt
gebeugte Haltung, total müde -
rosa Lichtstreifen

ICH BIN, atme mit Dir
und bitte Dich:

schenke mit dem Ausatem
alle Traurigkeit in Dir,
gebe sie her um
frei zu schwingen in Deinem Leben.

Sie lastet in und auf Dir,
behindert Dich -
gebe sie ab, denn Du
bedarfst ihrer nicht -

heute ist ein Tag
an dem Du Neu beginnen kannst
und Dir die Freude, das Sonnenlicht
mit dem Einatem nehmen kannst -

mich müde gefühlt -
ein helles Licht,
gestört von Außengeräuschen

Hohe, schwingende Töne
die die Türe meines Herzens öffnen,
auf der geschrieben stehen die
Schmerzen, die ich empfand,
die Liebe meiner Mutter zu erhalten,
sie nicht zu verlieren

Ich lösche die
Insignien der Trauer in mir und
öffne weit die Flügel meiner Seele,
die die Liebe ausbreiten über die
irrtümlichen Leiden in mir und
schreite vertrauensvoll und
voller Kraft hinaus in mein Leben,
das ich selbst bestimme -

Für den Vater:
Konnte gut tun, ohne Belastung

Es werden leichter die Lasten,
die Du auf Deinen Schultern,
Deinem Rücken trägst und
es fließen Energien Dir zu,
die Dir helfen, Deine Bindungen,
die Dich belasten, zu lösen,
frei zu geben um frei zu Sein
für das Leben und die Liebe

(Schmerz Schultern -
rechtes Handgelenk Fessel)
+

Danken und spüren

Pochendes Herz -
Töne, die schwingen in Liebe Sein -
Heilung und Segen für Körper - Seele - Geist

etwas Tun ?

Hinspüren zu den
Bitten des verstorbenen Grossvaters,
etwas tun für meine Eltern und
für meine Grossmutter

für meine Mutter:
Hitze in meiner Hand,
die auch in die Rechte floss -

eine Halbmondschale voller Licht,
in die Du Deine Mutter einhüllen kannst,
Sprich bitte:
Ich segne Dich und schenke Dir
die Wärme und Dankbarkeit
meines Herzens -

für den Vater:
Beide Hände halte ich
über Deinen Kopf und schenke Dir
die Kraft des Lebens, die für Dich
durch mich fließt -
Belastung gespürt,
etwas für ihn zu tun -

Für die Grossmutter:
ungeweinte Tränen,
die Hals und Herz belasten,
rechtes Schultergelenk und
Rückenschmerz linke Seite,

bitte schenke auch ihr
Deine Zuneigung, indem Du
segnend ihre Hände hältst -

ich kann sie streicheln -

Wir üben
gemeinsam diese Vorgaben:

für die Mutter:
Die Halbmondschale wird zum
Boot, das Dich über die
Wasser Deines Lebens trägt,
Dich sicher geleitet durch
die Stürme und das
den Wind nimmt, um in den sicheren
Hafen der Liebe zu gleiten,
(das von der rationalen Hirnhälfte
zur emotionalen steuert) -

bemerke, dass Mutters
Verletzungen mich blockieren,
was ist es ?

+