

Inhaltsangabe

Göttin - Gott finden	2
Genesung	4
Frühlingsmorgen	11
Therapie	12
Schule	14
Unterhaltsprozess	16
Fragen -Ged. Regentag-Osterferien	19
Tochterhilfe	22
Ich bin frei	24
Fragen	26
Sonnenmeditation	28
Was tun	30
Nebel	32
Licht	34
Unterwegs	36
Astralreisen	38
Lieben	40
Herzöffnung	42
Quelle meines Lebens	44
Zenweg	46



Inmemoriam

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

Texte XXXIII



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

Zenweg

Manchmal weint das Herz
weil es versteht Einfachheit

und doch nichts ändert

Manchmal beginne ich Neu

schwankend, unsicher
atmender Übung Stärke

gewinnend Vollkommenheit

Manchmal füllt meine Träne
das Meer Einsamkeit/Leidenschaft

und sein Salz macht mich leichter
trägt mich in Liebe



foto wk

Quelle meines Lebens

Schöne Töne - Musik
ganz viel Wärme
die Worte:
"Es ist Freude im Raum
das - weil Du Da Bist

Energiestatus:
Schwere - schwindlig
Bilder von mir, wo ich glücklich bin,
im Moment nicht nachvollziehbar -
Nacken fest
durcheinander
-
Sehnsucht nach Ruhe und
schwankend hin und her
linke Seite belastet und
Oberkiefer sehr stark
Armfessel - Frau
Scheitelchakra =
Lasten zum Göttlichen

Sei einfach hier,
ohne Vorbehalte in der Freude,
die für Dich da ist -
die Dich begleitet,
wann immer Du willst

Sie öffnet Deine Seele
für MICH, Die ICH BIN -
Die Dir Liebe schenkt immerdar -
fühle Dich wohl darin

Mich niederschmetternde Botschaften:

Minimieren meiner Körperschmerzen
.. ihre Halskrause ist kontraindiziert ...
Elektrosmog ist überall ...
... da waren sie zu dick -

Schmerzen, die ich nicht mehr ertragen
konnte, gelten als Indiz ...
sie haben die Kur in C. in S abgebrochen,
die Psychiatrie in Uni L abgelehnt -
irritierende Fragen -

die Diagnose:
sie sind viel zu krank für
einen stationären Kuraufenthalt

die Losung:
Befehl und Gehorsam -
wegen Unbotmäßigkeit s.o.
nun Stigmatisierung als
Ablehnungsgrund

+

Herzöffnung

Energiestatus:

rechtes Auge zu - Amalgamlasten
Herz weich aber nicht offen -
nur im Kopf - Intellekt
Halschakra und von Frau belastet

Hilfe:

Langsam drehen Deine Chakren -
befreien und klären Deine Energien

ICH schenke Dir die Liebe Meines Herzens,
damit Du Deines öffnen kannst -
auch wenn es schmerzt,
das Tor dort ganz weit zu machen
vergiss die Angst, verletzt zu werden,
denn
im Herzen wohnst Du und ICH
und Alle, die Du liebst -

Liebe verletzt niemanden,
Du kannst sie spüren jetzt,
als Wärme, die Dich durchdringt
und sie ist immer da -
erinnere Dich daran, dass Du dies kannst,
weil es Dein Ursprung ist -

Traurigkeit, Schwere
Gefühlt, Zugang nicht zu finden

Weshalb Angst, verletzt zu werden
wenn ich liebe ?

Im Rückblick wird mir klar,
warum eine Einzeltherapie
bisher nur im Ansatz möglich:

ich fühle und bin wegen
Autoritätshörigkeit
dieser Therapieform noch
nicht gewachsen -

ich brauche die
Sicherheit einer Gruppe
von Menschen, damit ich
Vertrauen lernen kann
-

ich d a r f
für mein Krankheitsleid
einen Genesungswunsch haben
um mit

M e n s c h e n,
die mich g u t - a c h t e n
- auch meine Schmerzen -
und mir Hilfe zur Selbsthilfe
gewähren -
die meine Erkrankung nicht
als Feind sehen, sondern als
Möglichkeit, u. a. auch von Ärzten
mitverursachte Leiden (Amalgam -
Gold- Allergene im Blut)
zu h e i l e n -
+

Lieben

Energie:

Herzschmerz - Liebesschmerz
HWS- und Schulterlasten, Fesseln

wie schaffe ich eine Verbindung
zwischen meiner Trauer und Offenheit
für eine liebevolle Partnerschaft ?

- Vergebung für die, die Dich
in Beziehungen trauernd zurück lassen und
- das Klären des Egoanteils,
Du bist die, die liebt und brauchst
Deine Liebe nicht zu Grabe zu tragen,
also darum zu trauern -
- Verabschiedung und damit Befreiung der Fesseln,
die eine abhängige Beziehung als Liebesbeweis lebte
- Akzeptanz der Freiheit des "Anderen" -
denn Liebe ist ein Kind der Freiheit und
Du schenkst sie Dir und dem Leben

Wie funktioniert Vergebung ?

Das Herz öffnet sich und
hervor trittst D u
so wie Du bist von Anbeginn

Strahlend sendest Du
Liebesstrahlen aus,
die die Dunkelheit/Trauer
erhellen und aufheben

Ich bin weit gewandert,
2 Jahre seit Dr. S eine Kur anregte,
und schon etwas müde -
und doch bleibt

H o f f n u n g,
Menschen zu suchen,
mit der Gewissheit im Herzen
ich finde sie !

weil doch schon viele mir
mit ihrer leisen - zarten - sanften
Stimme Rückenstärkung gegeben:

werde gesund, halte durch,
gib nicht auf und

die mich ermutigten
die wunderbaren Gesetze
des Staates wahrzunehmen,
in dem wir leben

ihnen allen sage ich
Dankeschön

+

Astralreisen

Für Chakrenklärung
die Affirmation

Ich Bin frei und allein
und Eins mit allen Wesen in Gott

Alle meine Chakren drehen sich
in Göttlicher Ordnung

Astralreise - gibt es
eine persönliche Bedeutung für mich ?

- Ja, ICH möchte, dass Du weißt,
Es gibt MICH Hier und Dort
und Überall BIN ICH bei Dir
- lernen ist für Dich
jetzt Dein Freizeitvergnügen
evtl. Sherwood lesen und dies lernen:
Titel: Die Kunst spirituellen Heilens
- Lösen Deine Angstblockade

Gedicht:
Frühlingsmorgen

In der Morgenfrühe
schlüpfen die Strahlen der Sonne
durch die Täler des Landes -
golden leuchten die Spitzen der Pinenbäume,
schimmern auf zwischen dem Dunkel des
Haines, der friedvoll auf dem Hügel trohnt -
wundervolles Lichtspiel an einem März morgen

das Tal gefüllt mit Nebeln
und die Berspitzen -
schwimmende Inseln im Nebelmeer

der Tau der Nacht liegt glänzend
auf der Erde, den Steinen,
dem Gras, der Hecke -
sanft läutet der Wind die silbrig glitzernden
Nachttröpfen der Tauwiese -
Der Stille singendes Lebensmeer
wogt durch Universen

Im Rhythmus der Gezeiten leben wir
in einem Ozean voller Liebe,
auf einer Insel im All wie die
Bergeshügel im Nebel

der Himmelsstern Erde -
strahlend schön im Licht der Sonne

Frühlingsmorgen

+++

Licht

Energie:

Es ist An der Zeit,
das Körpergewicht zu reduzieren

Arbeit ?

-Tiertherapeutische Tätigkeit - Pferde

Wärme im Rücken - Unterstützung
Kopf belastet
dies Vorhaben ist zu sehr
vom Verstand gesteuert

- Kindern Märchen vorlesen
mit Hund an der Seite ?

Dies ist Heilung für Dich
und die Kinder, denen Du es schenkst

Verzeihen Deinem Sohn
(der schon als Kind gestorben),
dass er Dich so früh verlassen und

Deine Bitterkeit darüber hergeben -

Auf- Er - Lösung ist
mit kranken Kindern möglich

Wechseljahre -
schlecht schlafen
was tun für starke Blutungen?

Energiestatus:

im Kopf sein - aufgedunsen
Halschakra - Kommunikation

Tee trinken - keinen speziellen,
dabei Lasten auf den Schultern

chinesische Medizin?

Heilung der Negativinformationen
die die Chinesische Medizin noch für
Dich beinhaltet = Belastungen
Scheitel-Kronen-Halschakra mit
Verzeihen von fehlerhaften Medikationen
(Kräuter) der Vergangenheit

Homöopathische Behandlung
ist gut für Dich und auch eine
Abrazio hilft Dir, neu zu beginnen

Affirmation:

Alle meine Drüsen arbeiten
harmonisch in Gemeinsamkeit
Das Neue - meine weise Frauzeit -
nehme ich dankbar an für
Körper-Seele-Geist

Danke

Unterwegs

Attest von Ärztin ?

Sage, dass Du sehr viel isst und

- trotzdem dünn bist und
das Attest so nicht stimmig ist
- dass Du bestimmte Nahrung
nicht verträgst - Beispiele nennen

- Zuckertest wiederholen
- Schilddrüse Überfunktion ?
-neurotische Störungen
akzeptieren im Attest

- Hauptmerkmale
- Wirbelsäule, weshalb ständige
KG Behandlungen erforderlich
- Kiefer Fehlstellung

Sonnenempfindlichkeit ?

gesagtes ist richtig - zu hohe Positiv Ionen
verstärken unterschiedliche Befindlich-
keiten wie Kopf- Gliederschmerz, Müdigkeit
Hilfe:

Salzlampe - kleiner Brunnen, der das Was-
ser auf Steine fallen läßt - keine Hetze -
mit Gelassenheit die Dinge tun, die nötig -
Duschen lauwarm - schwimmen -
spaziergehen an Meer, See, im Wald -
leichtes Essen: Bananen, Obst d. Jahreszeit

Etwas Belastung links, die Du
durch Verzeihen (den Lehrpersonen in
den vorherigen Schulen) mindern und
damit auflösen kannst

Ein Gespräch Deiner Mutter mit
dem Direktor oder LehrerIN an
dieser Schule kann unterstützend
wirken für Deine Einschulung dort

Sehe Dich in hellem Licht und
mit Leichtigkeit beim Lernen dort -
so ist die Energie, die Du
darauf verwendest, an die Schule
zu denken, Dich darauf vorzubereiten
gut im Fluss und hilft Dir weiter, als
wenn Du Dich belastest mit negativen
Gedankenformen zu dieser Thematik

Du hast die Wahl, es Dir angenehm
zu machen und bedenke bitte, dass der
Energieaufwand erst einmal der Gleiche ist
und Du damit die nach-folgenden
Energiestrukturen bestimmst

Sprich bitte:

Ich beginne neu in der Gesamtschule
und mit Frieden im Herzen zu lernen,
was ich für mein Leben brauche
Danke

Nebel

Wunderschöne Töne und
ganz viel Wärme als Hilfe

Im Nebel gefangen,
aus Angst wie gebannt
verharren - auf der Stelle

ICH BIN Dein Licht,
dem Du folgen kannst

ICH BIN Die, Die Dir weiterhilft
und Dich leitet durch die Nebel

hinaus ins offene Leben

Dein Herz mache bereit,
das offen und weithin die Liebe ausstrahlt-
zuerst für Dich selbst und dann
für alle Wesen, die mit Dir leben

-
Energiestatus:
rechte Hand bis Ellenbogen
blockiert
Kopf links belastet und
Zähne oben

einmal tiefes, bewusstes Einatmen
ist Leben annehmen

Kontakt Schwester ?
Schmerzverstärkung in Deinem Rücken

Briefe ?
wenn schon, sehr neutrale
d.h. Du malst ein Bild für sie,
legst kleine Geschenke z.B.
Stickers oder Abziehbilder etwa
mit Ostermotiven bei, kleines
Osterpäckchen wäre schön -
(kann aber zurückkommen weil
Annahme verweigert)

Deine Zuneigung für Deine Schwester in
guten Gedanken, die Du ihr schickst, evtl.
Gedichte oder Geschichten darüber schreiben
was Du fühlst, wenn Du an sie denkst, ihr die
Zeit so schenkst,
die Du ansonsten mit ihr zusammen verbringen
würdest, tut Dir gut und Du kannst es ihr
später, wenn sie groß ist und es lesen will,
geben

Großeltern ?
starke Fessel links -
negative Last
befreie Dich davon

+

Was tun ?

Was kann ich tun dafür,
dass es mir besser geht ?

Die Arbeit auf dem Markt ist für Dich
zu schwer - nicht nur, weil Dir dort
soviele verschiedene Menschen begegnen

versuche es mit einer Beschäftigung
in einem Musikhaus

-

Meditiere, bete
Ruhe und stille Konzentration
auf 1 Thema am Tag, dem Du Dich
zuwenden willst, z.B.
Frieden, Freude, Achtsamkeit

beobachte eine brennende Kerze,
die Du in Dein Herz nimmst, also
mit der Du innen einkehrst

Deine Gedanken wie Wolken im Wind
vorüberziehen sehen - losgelöst sein
von den äußeren, materiellen Dingen

Sexualität als Körperliebe empfinden,
hinspüren und Akzeptanz Deines Frauseins
daseinlassen und die Freude auch daran
lebendig leben

Fragen

Gesamtschule bewerben, wie ?
Sondergenehmigung Französisch ?

Im Brief kurz und knapp,
präzise Deine Ziele nennen, die Du
in dieser Schule erreichen willst,
betone Deine Freude am Lernen
und die Unterstützung durch
Deine Mutter (Musiklehrerin) und
Deinen Vater (Sozialarbeiter)

alles ist möglich, auch
die Aufnahme in der Gesamtschule
und dann erhältst Du auch die
Sondergenehmigungen

Körperübungen weitermachen ?

nein, belasten Dich

schwimmen, schwimmen, schwimmen
2 x wöchentlich im warmen Thermalwasser
und Atemübungen wie bisher

+

Sonnenmeditation

Eine warm leuchtende Lichtschranke
zwischen Dir Selbst und allem Lebendigen,
mit dem Du verbunden
So bist Du bei Dir und mit denen, die leben,
so kannst Du gelöst in Beziehung sein mit
Dir, MIR und allen Wesenheiten der Schöpfung

Freue Dich, spüre Dein Herz -
ein Andreaskreuz und mein Kopf dumpf
äußere Belastung, ein Empfinden, das
Sande und Bülow in Bewegung sind,
bewusst die dort notwendigen Entscheidungen treffen

Hilfe annehmen für Bülow und mich selbst:

Herzschmerz, pulsierende Töne -
Blume in Feinstofflichkeit öffnet sich
im Rhythmus der Töne,
das Zeichen Gamma -
angeschubst werden Hinterkopf
vor dem inneren Auge weißes Ei

Bülow loslassen - nein
ein V-Zeichen diagonal und wieder
ein Andreaskreuz -
innerer Aufschrei Nein
Gesichtsmaske traurig
Gefühl, ... vernachlässigt zu haben

Osterferien

arbeiten?

ganzer Rücken warm -
Ja, das tut Deinem
Selbstbewusstsein gut,
erweitert Deinen Blick für
den Arbeitsalltag

bei Ferien in
Norwegen Halschakrabelastungen
an der Oder ebenfalls Belastungen

Kinderheim ?

Du hättest damals direkt intervenieren
müssen, Rückreise usw.
jetzt kannst Du lediglich einen Brief
an die Vermittlungsstelle, den LehrerIn, Arzt
schreiben und
Deine Erleben dort schildern

Danke

Fragen

Hat meine Schwester
den Brief erhalten,
den ich ihr schrieb ?

hin und her schwankt
die Energie - er ist angekommen
und wartet auf sie -

kann ich sie anrufen ?

erspare Dir dies -
besser ist es, Du rufst
Deinen Vater an oder besser noch,
Du schreibst ihm, dass
die Geschichte mit dem Geld,
Dich nicht von ihm trennt, weil
er Dein Vater ist und bleibt und
Du ihn liebst, ebenso Lena und
seine Frau und das Dir viel daran
liegt, weiterhin mit ihnen zu leben,
sie zu besuchen

Photoalbum zurückgeben, wie ?
auch dies kannst Du ihn oder
seine Frau fragen - schreiben

Buch zurückgeben ?
Ja, davon befreit zu sein, tut Dir gut -
was weiter damit geschieht, liegt
nicht in Deiner Verantwortung

Es fällt Dir schwer,
hier in Deutschland zu bleiben -
denn Du fühlst Dich zerrissen
und meinst, Deiner Tochter
in Ghana helfen zu können -

Bedenke, falls Du Dich
in Deinem Herzen dazu entschließt,
dorthin zu reisen,
Du begibst Dich dort
in große Gefahr -

erinnere Dich daran,
wie Du mit 25 Jahren lebstest
und

bete für sie -

sage ihr in Gedanken

„ Ich liebe Dich und
bin immer für Dich da -
sobald Du willst "

Danke

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

Erde - Wurzel des Körpers
Wasser - Träger des Lebens
Feuer - Kraftpotential
Luft - Geist des Lebens

Berge, Erde und Stein
hügelige Welt
erklimmen, wurzeln, rasten
Wege des Lebens

Tönende Wellen im Ohr
Gesang des Lebens
atmen, fühlen Energie
Unterwegs im Sein Schöpfung

Stillendes Pochen
Im Herzen lauscht der Frieden
einkehren daheim

Weiten durchschreitet der Geist
Meditation
Freiheit des Lebens im Zen

Danke

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

Genesung

Klage Sozialgericht -
Darf ich um 5 Minuten
Anhörung bitten ?

Gutachten von meiner Untersuchung
bei der Ärztin Frau Dr. Dr....

Mit der Aussage :
Es gibt leider keine Möglichkeit
das jemand hier wartet und
es dauert ungefähr 1 1/2 Std.
wird meine Freundin, die mich begleitet,
hinaus komplementiert -

Panik steigt in mir hoch:

Wird die Ärztin g u t
auf mich a c h t e n ?

Angst und Beruhigungsworte in mir:
sie ist eine Frau; wird verstehen
meine Frauenprobleme - Krankheiten,
sie ist vom Sozialgericht um mir und denen;
die mit meiner Klage für eine Kurmaßnahme
von der Krankenkasse befasst sind,
Hilfe zu geben

Spüre kraftvolle Energie
und Angst zu fallen -
Gefühl der Ablenkung

Ruhe - Aufregung im Wechsel

Herz öffnen für Antwort -
tut gut, wenn ich's mache

Scheitelchakra befreien:

Sprich bitte:
" Die Leugnung der Kraft,
Die mir Leben gibt,
bitte ich mir zu verzeihen -

demütig nehme ich Sie an
und tauche ein
in Ihre Liebe und Freude
aus der mein Mut für
mein Leben erwächst
hin zum Dienen auf Erden

Danke

Erklärungsversuche meinerseits
enden jämmerlich -

Retorikstarke Argumente
räumen mir keine Chance ein -
bringen meine Unfähigkeiten,
Verwirrung zum Ausdruck

-

mit der Feststellung :

... sie haben zuviele Wünsche ...
bin ich aussen vor

-

die Situation:

ich f a l l e
w i e d e r wie
eine reife Frucht
in den Korb,
der vorbereitet

-

Gefühl Herz zugeschnürt,
nicht atmen können -
Herz wie Stein beim Atmen -
Bild eines kleinen Kindes,
dass die Straße entlang lief

-

Es ist auch Deine Angst,
etwas Neues zu wagen,
etwas, was es so in Deinem Leben
noch nicht gegeben hat -
Du weißt, Du bist die, die liebt -

Schmerzen des Herzens gibt es nur,
wo die Liebe fehlt,
wo Verurteilungen, Moral
als Trennmauer gebaut und
unüberwindbar Dich gefangen halten
und doch
könntest Du frei sein - l i e b e

Liebe in mir spüren:
Ein Kreis mit Sechseck in Rot
in welchem das Licht pulsiert -
bin in einem Strudel - einer Spirale

Herz wurde ganz langsam
ganz angenehm

. & . - beide in mein Herz genommen
und es blieb offen
Danke

Heilung

in einem geschützten Raum
der sich wie Balsam
in unseren Seelen ausbreitet

voller Liebe - Offenheit -
Vertrauen - Unterstützung

in dem es gelingt
Macht - Kampf und
Unterdrückung aufzulösen

-

Gutachten über sie,
so stand es in der Einladung -
vielleicht wäre auch
Gutachten von oder mit ihnen
und in Begleitung möglich ?

ü b e r mir ist Gott

Paracelsus sagte:

" Die beste Arznei
für den Menschen
ist der Mensch

der höchste Grad
der Arznei ist die Liebe

Friede und Freude,
leben in Dir und Allen,
die Du kennst und
ein sanftes Lächeln im Gesicht
So ist Innerlichkeit (für Dich)
äußerlich bemerkbar

Egoanteil ?
Den Kopf vom Körper trennen und
das Herz, das blutend - sehrend seufzt
schließen

Heilen, heilen - Ich liebe mich
Öffnen, öffnen - Ich liebe Dich

Rücken - HWS ?

Aufrichten - aufrichtig sein mit Dir

langsames pendeln -
schwingen Deiner Kundalini
folgt darauf

den Rücken mit
stärkenden Worten stärken
und das Schwächen unterlassen,
auch weil es Dein Halschakra belastet

Danke

Am Schluss
wünsche ich mir

die Weisheit des Narren -
der auch mit Tränen im Herzen
noch kann lachen -

der mit seiner Elle
des Lebens Hauch
in der Ewigkeit misst
und

Vergängliches Sein
mit den Wassern
des Friedens begießt

ich danke Ihnen herzlich

+++

Die Szene mit meinem Mann ?

In Dir und allem Lebendigen
ist auch der Anteil der Unterwelt
und die Verwandlung Deines Mannes
ist auch Dein eigener "Mannanteil",
der sich in den Teufel wandelt

kannst Du ihn umarmen ?

Ja - ein Versuch

die Worte:
Die Schattenwand - Unsicherheit
zwischen Gut und Böse fällt weg

Dein Geist - Dein Herz strahlt
aus jeder Faser Deines Sein's

Übe und übe -
es ist ganz einfach und
sehr liebevoll mit der Aussöhnung

Beim Dankesagen:
Ein Teppich gewebt aus
bunten Wollfäden birgt Kostbarkeiten
von Liebe und Freude,
Die wie feine Seide gesponnen werden
zur Schönheit Deines Lebens
Danke

Therapie

Diese Therapie belastet
Deine linke Seite -
HWS, Stammhirn, BWS,
Zähne, Halschakra

Du schwankst
in gestörter Kommunikation

Übungen, die Du selbständig
machen kannst, wie bereits
gesagt:

Um Hilfe - Heilung bitten
die Göttlichkeit in Deinem Herzen,
den Atem heilend in die
Schmerzbereiche lenken und
die Blockaden damit lösen

Unterstützung
durch Akupunktur ist
sehr gut für Dich

Beim Dankesagen für alle Hilfe
ein strahlendes Licht und
die Botschaft Deines Sohnes:

Du kannst meiner Mutter sagen,
dass Ich ein Licht Bin und
Wir uns als Solches
immer wieder vereinen

-

Danke für die Sonnenblumen,
die mir ganz viel Sonnenschein
ins Haus brachten und
dieses Haiku:

In der Vase

Blumen der Sonne

Strahlensterne

Danke

Schule

Energiestatus
zu sehr im Kopf sein
Lasten Rücken

Öffne Dein Herz,
schicke Liebe und Achtung
in die Körper Deines Wesens
und

in die Räume dieser Schule,
die gut für Dich ist

Sprich von dem, was Du
dort erreichen willst und
was Dir Freude beim Lernen
bereitet -
auch von den Aktivitäten in Deiner
Freizeit wie musizieren und Deinem
Einsatz für den Frieden
kannst Du reden

Über die vorherigen Probleme
kannst Du schweigen, sie sind vorbei
und brauchen keine Wiederholung,
weder in Deinem Geist noch
in dieser neuen Schule

Polenurlaub - Camping am Meer ?

Belastet Scheitelchakra, Kopfdruck
Rücken warm

Freue Dich auf die Reise,
entspanne - das Leben ist schön
und Du lernst die Welt kennen.
Nimm Dir eine gute Unterlage mit,
evtl. dicke Schaumstoffliege oder
Polster mit Klettverschluss

Das Meer ist gut, aber auch verschmutzt -
suche eine Stelle,
wo die Umweltlasten gering sind -
erkundige Dich bei ADAC o .ähnlichen
ein Landurlaub dort belastet Dich mehr

Essen im Polenurlaub ?

einfache Gerichte mit Kartoffeln
als Grundlage, gekocht, als Pfuffer
Oel dafür mitnehmen
Gemüse, Obst, Brot -
Bananen mitnehmen, ebenso in Kühltasche
Schokolade, Trinkschokolade und Käse

Du wirst satt, mit dem, was es im Land
dann noch zu kaufen gibt

Danke

Unterhaltsprozess

Wie gehe ich mit der Situation um ?

Energiestatus:

Herz schwer, Traurigkeit

Zeigefinger rechts pochend

Du bist frei, zu entscheiden, ob Du
in den Prozess, den Dein Vater will, einsteigst -
der Ball rollt und das Spiel ist ernst

auch ohne gerichtliche Schritte

ist z.Zt. mit Deinem Vater kaum

Kontakt möglich

Liebe und Geldangelegenheiten

sind hier unverträglich, gefangen

in einem selbst verursachten Umgang

miteinander, in der Verquickung

Fürsorge = Unterhalt für mein Kind

Liebe, Geborgenheit geben meinem Kind

Ruhe und Abstand bringen Linderung

Wir unterstützen Dich,

egal wie Du entscheidest -

Der Unterhalt steht Dir zu und

Du brauchst ihn, für ein Auskommen =

Essen, Trinken, Wohnen, Anziehen

Weshalb Blockade ?

Trennung vom

Göttlich-Mütterlichen

Kiefernspange

mir ist kalt

Gartenarbeit als Hobby

hilft Dir und eine Blume

in Deinem Zimmer, wofür Du sorgst

und verantwortlich bist

Was soll ich beruflich tun ?

Etwas, was Dir

Selbständigkeit ermöglicht

Fußpflege, Reflexzonenbehandlungen,

Akupunktur

Danke

Zeigefinger

Sei achtsam, Sorge gut für Dich

bleibe im Herzen zentriert und
denke, fühle mit dem Herzen
strebe Gesundheit an

lerne weiter in Meditationen
die Welten kennen, die Dich
heilend unterstützen

nimm trotz, oder gerade in dieser Lage,
das Wissen in Dich auf:
Es ist etwas vorübergehendes,
dauert nur bis Du eigenständig bist,
löst sich mit der Zeit

Lerne schon jetzt
Unabhängigkeit in Deinem Inneren,
dann wird diese strahlen nach außen
und die Schwierigkeiten meistern

+

Atemübungen beibehalten für
Schmerzlinderung - dabei vorsichtig
Deinen Körper dehnen und strecken

-

in Liebe Verabschieden
die Frau Deines Großvaters
und sie ihrem Engel anvertrauen

-

Nase voller Apfelblütenduft
Ohren voller Hummelsummen
Augen voller Wiesengrün
Mund voller schweigendem Atem
Hände voller Gaben
Herz voller Freude

Danke

Regentag

Ein Regenwolkenfeld
über dem Land ergießt
strömend sanftes Nass vom
tristen, grau verhangenen Himmel
und doch ist Licht,
und doch singen die Vögel,
und doch blühen die Blumen

das Licht der Regentropfen
die in hellen, glockenreinen Perlen
am Mimosenbaum hängen -
uns so künden von der Sonne

mit ihrem Läuten im Wind
erzählen sie von der Fruchtbarkeit,
die der Regen für die Erde mitbringt
Welche Freude sie ausbreiten !

In der düsteren Welt
eines Regentages erinnern sie uns an
Lebenswasser und Lebenslicht das immer ist
das hindurchscheint durch die trüben Nebel und nicht
gefangen werden kann sondern
frei strahlt in Kosmos, All, Galaxien -
alles durchdringend und
mit Leben erfüllend

Dankesstrahlen im Herzen -
Echo der Liebe des Lebens

+++

Radioaktivität

die Entsprechungen in Dir sind
Deine ängstlichen Gedanken, die wie
Gifte ausströmen in Deine Aura,
Kopf- HWS- Schulter links-
und Rückenlasten

Trauerweide -
eigene Welt innen, die im Außen
kaum jemand mitleben kann -
Angleichung an äußere Welt wegen
vermeintlichem, so muss ich dort sein

Dankesagen -

Nase voller Apfelblütenduft
Ohren voller Hummelsummen
Augen voller Wiesengrün
Mund voller schweigendem Atem
Hände voller Gaben
Herz voller Freude

Danke

Tochterhilfe

die Welt ist in Bewegung
und jeder Mensch -
jedes Wesen lernt

in Eigenverantwortung
sein Leben zu gestalten

Gib frei,
was Du nicht halten kannst

übergib
Deine Tochter Gott
mit den Worten:

sie ist DEIN Kind

Zahnbehandlung Mittwoch ?

es wäre besser, Du wartest
bis zu Deinem regulären Termin,
denn Du brauchst danach
eine Erholzeit

wie behalte ich
den Frieden - die Ruhe meines Herzens ?

mache es Dir nicht so schwer,
das Leben ist das, was Du von ihm denkst,
erwartest und leben willst -

eine Meditation
am Morgen oder Abend
in der Du Dich in Dein Herz begibst
die Stille, Ruhe und Frieden
dort atmest wo ICH mit Dir BIN,
und

Du diese Erfahrung mitnimmst
in Deinen Tag bzw. Deine Nacht,
sie ausströmst an das Leben und
die Wesen, die mit Dir sind,
ist alles was Du brauchst

so gelingt es Dir, in Deinem Zentrum
konzentriert, Lebensfreude anzunehmen
und weiterzugeben
Danke

Ich bin frei

Ich Bin gestellt

zwischen Himmel und Erde

von Einem Gott

der mich erschaffen -
mir leben geschenkt

ich bin f r e i
und traue mich,

die Schönheiten,
die Die Göttin mir schenkt,
nach Aussen zu tragen

Zeichen der Zeit

in und mit Liebe
zu Dienen,
macht Dich frei
-

ich bin mein
Göttliches Sein
und

tauche ein
ins Meer Liebe
-

ich nehme die Liebe an
die mich füllt und umhüllt

Danken -

Meersterne ich Dich grüße,
oh Maria hilf

Danke