



BADE IM OZEAN DES LICHTS

BLOG-Artikel vom 12.06.2018
von **Silke Bader**

Während wir aktuell mit schönstem Sommerwetter verwöhnt werden und die Leichtigkeit des Seins genießen könn(t)en, hat uns seit ca. zwei Wochen die kosmische Energie wieder kräftig eingeschenkt und so einige, teils unbewusste Strukturen und Muster an die Oberfläche unseres Bewusstseins gewirbelt. Vielleicht hast Du die Wirkung dieser hochfrequenten Lichtenergien in Dir und in Deinem Leben auch bemerken können. Es fühlt sich jedenfalls nicht immer behaglich an, wenn es an die „Kellerthemen“ oder Wurzeln geht. Aber genau das ist die Wirkung dieser zielgerichteten, gebündelten Hochfrequenzen, die eine tiefgreifende Durchlichtung auf allen Ebenen unseres Seins bewirken. Dort, wo sich Strukturen, sei es körperlich manifest oder feinstofflich in unseren Gefühlen, Gedankengebäuden oder Gewohnheitsmustern, verfestigt haben, rappelt es dann kräftig im Gebälk, um es einmal bildlich auszudrücken. Denn Licht und göttliche Liebeschwingungen bewirken immer eine Ausdehnung, das entspricht ihrem Urprinzip. Also sind wir gut beraten, auch diese Phasen dankbar anzunehmen, selbst wenn sie sich herausfordernd und anstrengend anfühlen. Und wieder lautet die Erinnerung der geistigen Helfer: Gehe nicht in die Projektion. Fühle, was es in Dir bewegt und anregt und wo Du in Deinem Leben entsprechende Muster entdecken kannst, die es nun zu transformieren gilt. Das ist auf jeden Fall der kürzeste Weg, um Deinen Seelenfrieden und den Einklang mit Dir selbst wiederzufinden. Letztendlich es geht darum, in unserem Sein zu ruhen. Dann kann sich auch wieder eine wohlthuende Leichtherzigkeit einstellen, die uns Weite und Freiheit spüren lässt.

Und schließlich bekommen wir mit den Frequenzerhöhungen, die sich nun einmal unweigerlich vollziehen, auch kosmische Hilfe an die Seite gestellt, in Form unserer geistigen Führung und der jeweiligen Engel und Lichtwesen, die diese Entwicklungsprozesse be-



gleiten. Mit der Einladung, ihre Unterstützung zu erbitten, dürfen sie dann auch in unserem Lichtfeld und in der Aura, die uns umgibt, tätig werden. Prozesse können in dieser liebevollen Begleitung sanfter verlaufen und abgestimmt werden mit unserem persönlichen Seelenplan. Und auch wenn Du jetzt denkst, dass der Keller nach so vielen Jahren der unermüdlichen Transformationsarbeit doch endlich einmal leergeräumt sein müsste, dann verzage nicht und übe Dich in Gleichmut und Gelassenheit. Wir können nie wissen, was an unbewussten Themen und alten Speicherungen noch in uns schlummert. Aber wir dürfen darauf vertrauen, dass wir die Macht und die Kraft haben, alles zu bewältigen, was das Leben uns an Aufgaben und Herausforderungen stellt. So wachsen wir derzeit in ein noch tieferes Verständnis unserer eigenen Schöpferkraft hinein. Mitschöpfertum bedeutet, die volle Verantwortung für uns selbst, unsere Gedanken und Gefühle zu übernehmen und zu realisieren, dass wir aufgrund unserer persönlichen Überzeugungen unsere Welt erschaffen. Es gibt also keine allgemeingültige Realität, sondern immer nur das, was wir im jeweiligen Augenblick wahrnehmen und für wahr erklären. Und das hat viel damit zu tun, worauf wir uns fokussieren und unsere Aufmerksamkeit lenken. Energie folgt unserer Aufmerksamkeit und somit bilden wir selbst das Brennglas, durch das das göttliche Licht der Transformation auf unsere Lebensbereiche fällt und Wandlung in Gang setzt.

Da unser Freund Körper von den Frequenzerhöhungen besonders beansprucht wird, ist Entspannung der Zauberschlüssel für diese Phasen der beschleunigten Transformation und Durchlichtung. Frage Dich also, womit Du Dich am besten entspannen kannst. Für mich ist es ein Spaziergang in der Natur, ein warmes Salzbad und ein mit Liebe gekochtes Essen. Und ergänzend kannst du die folgende Meditation machen, um in ein ganzheitliches Loslassen und Entspanntheit einzutauchen:

Bade im Ozean des Lichts

Mache es Dir im Sitzen oder Liegen ganz bequem und atme ein paar Mal stimmhaft, also mit einem kleinen Seufzer der Erleichterung, aus. Beobachte mit jedem Einatmen, wie Dich erneuernde Energie durchströmt und klärt. So kommst Du in einen immer tieferen Zustand der Entspannung und Losgelöstheit. Stelle Dir vor, dass Du von einem Ozean des Lichts und der göttlichen Liebesschwingung umgeben bist. Sieh, wie sich auf der Wasseroberfläche sanfte Wellen bewegen und Lichtfunken tanzen. Lege Dich in Deiner Vorstellung in das Urmeer der göttlichen Liebe hinein und fühle, wie Du getragen bist und sanft geschaukelt wirst. Mehr und mehr entweicht alle Anspannung aus Deinen Muskeln, Sehnen und Bändern und Du lässt tiefinnerlich los. Für einen heiligen Augenblick ist alles gut, so wie es ist. Du machst Dir keine Gedanken über das Gestern oder Morgen und tauchst ein in diesen Augenblick allertiefsten Wohlgefühls. Verweile einige Atemzüge lang in diesem wundervollen Seinszustand, der sich über Dein Erleben und Gewahrsein auch in Deinen Zellen verankert. Und wenn Du es der Energie gestattest, durch Dich zu fließen, kannst Du wahrnehmen, wie sich Deine gefühlten Körpergrenzen langsam auflösen und Du eins wirst mit diesem Ozean aus Licht und Liebe. Du selbst bist wie ein Tropfen im göttlichen Liebesmeer und trägst ihre Uressenz in Dir. Tiefe Er-Innerung und Selbstgewahrsein findet in diesen Augenblicken statt. Verweile für einige bewusste Atemzüge in dieser Visualisierung und tiefen Entspannung...

Lasse Deinen Atem dann wieder kraftvoller werden und tauche langsam auf in Dein Tagesbewusstsein, um im Hier und Jetzt wieder ganz wach und präsent zu sein. Nimm die Gefühle aus der Meditation mit in Dein Tagesbewusstsein und gehe entspannt an die Aufgaben des Tages heran.

Ich wünsche Dir viele Entschleunigungs- und Entspannungsmomente, die Dich in allem die Leichtigkeit des Seins erfahren lassen.

Und wenn Du bereit bist für eine tiefere Seelenessenz-Erfahrung, dann lege ich Dir das Seminar ENGEL-KLANG-HEILREISE am 14.06. in Utting am Ammersee ans Herz. Im Zusammenwirken mit dem Klangmystiker Mitsch Kohn entfaltet sich unter der liebevollen Führung der geistigen Welt ein zutiefst heilsamer Schwingungsraum. Die Engelmeditation und die vertiefende Klang-Heilreise ermöglichen Dir eine Tiefenentspannung und Seelenessenz-Erfahrung. Teilnehmer des Seminars berichten von dem Gefühl, endlich in sich angekommen und zu Hause zu sein. Um einen Eindruck von der Klang-Heilreise zu bekommen, kannst Du Dir den Live-Mitschnitt in der Audiothek auf meiner Website anhören.

Und wenn Du auf tiefen Ebenen alten Ballast loslassen möchtest, dann lade ich Dich ein, in Begleitung der Engel eine neue Erfahrung zu machen. Im Tagesseminar „In Leichtigkeit LOSLASSEN“ am 01.07. in Utting am Ammersee tauchen wir tief in das uns umgebende Lichtfeld ein und bereinigen die Themen und Resonanzfelder, mit denen wir derzeit konfrontiert oder herausgefordert sind.

In diesem Sinne einen guten Flow auf allen Ebenen Deines Seins. Öffne Dein Herz für die Sonnenseiten des Lebens, das Licht steht uns jetzt dafür zur Verfügung. Denn die Quelle allen Seins, die alles umfassende göttliche Liebe ist, wünscht sich, dass Du glücklich bist! Sei auch Du selbst gut zu Dir.

In Freude und tiefer Verbundenheit sende ich Dir einen Herzengruß vom Ammersee



- Der Text kann unter Angabe der Quelle gerne geteilt und veröffentlicht werden. -

>> **Über mich:**

SILKE BADER

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Kunsttherapeutin & Autorin, Mediale Beratung

Ich begleite Menschen in ihrer schöpferischen und spirituellen Selbstentfaltung und unterstütze sie, ihre Talente & Potenziale zu entdecken sowie ihre Intuition zu entfalten.

In Einzelberatungen, durch SeelenEngel-Bilder und in Seminaren stehe ich Dir begleitend zur Seite, um Dich in Deinem individuellen Entwicklungsprozess zu fördern.

Nähere Informationen zum meinem Wirken und Angeboten findest Du unter

www.silkebader.de

Kontakt unter T. +49 (0)8806.95 92 26 oder per Mail: info@silkebader.de

