



Meditation: Download der archetypischen Urkraft der Rebellin

Nimm Dir für den Download ungefähr eine halbe Stunde Zeit. Geh in die Natur, oder setz Dich an Deinen Platz und öffne Dich für eine neue, und zugleich Äonen Jahre alte „Technik“, die aus einer Zeit stammt, in der alles noch Sternenstaub war.

Du benötigst hierfür nichts weiter als die grundsätzliche Bereitschaft, für den - vielleicht verrückten Gedanken, dass diese besondere Urkraft der Rebellin nicht irgendwo ist, sondern, dass sie bereits in Dir vorhanden ist, wie eine Quelle, die jetzt und hier nur entdeckt und angezapft werden will.

Achte darauf, dass Du in der kommenden halben Stunde nicht gestört wirst.

Alles ausschalten
Entspannt sitzen
Augen schließen
Atmen.

...

...

Also, dann stell Dir jetzt bitte mal vor, dass diese archetypische Kraft Qualität der Rebellin mit all ihren Kräften, also mit Ihrer Spontanität, die mit ihrer Offenheit für Neues, mit ihrer Schlagfertigkeit wachen Präsenz und Impulsivität als Feuer in Dir erwacht zu lodern beginnt. Dies alles ist nicht irgendwo außerhalb von Dir zu finden, sondern steht Dir tatsächlich jetzt gerade hier zur Verfügung, und will nur aktiviert werden.

Und anstatt Dich anzustrengen und danach zu greifen, lade ich Dich jetzt ein Deine Arme jetzt einfach nur mal weit zu öffnen...und anschließend die Hände nach oben geöffnet auf Deine Oberschenkel zu legen.

Und Dich zu entspannen...

ein paar Mal tief ein- und auszuatmen.

Und Du stellst Dir vor, wie sich diese Energie Deiner Rebellin, die ja in Dir bereits existiert...langsam, aber sicher in Dir ausbreitet.

Stell Dir vor, dass sie jetzt in Dein System – in all Deine Zellen hineinschmilzt.

Spüre.

Atme.

Empfange.

Lass es geschehen.

Stell Dir vor, dass sich, während Du mir hier jetzt gerade lauschst...

auf eine magische Art und Weise Dein System mit wacher Präsenz, Spontanität und Offenheit für Neues anfüllt.

Also wenn, gut für Dich zu sorgen klare Abgrenzung und das Entstehen für Deine Werte bisher Dein Thema war, dann stell Dir vor, wie es Dir ab jetzt gelingt zu Deinen Werten zu stehen und Dich glasklar zu positionieren.

Wenn Du Dir bislang zu viele Gedanken darüber gemacht hast, wie Du es anderen recht machen kannst, dann wisse, dass Du jetzt gerade in diesem Augenblick etwas in Dir aktivierst, das Dich auch mal spontan und eigenwillig unbequem und unangepasst sein lässt. Wenn Du bis heute zu viele Endlosschleifen Momente der Manipulation und Übergriffigkeit in Deinem Leben hattest, dann stell Dir vor, wie Du jetzt und hier mehr Eigenwilligkeit und Vehemenz in Dir erweckst, die Dich klarer zu Dir stehen lässt.

...

Weil Du jetzt offen für Neues bist

...

Weil Du Dich ab heute traust, auch einmal unangepasst und sogar etwas widerspenstig zu sein

...

Und weil Du Dich nicht länger an anderen orientierst, sondern Deinen eigenen Weg gehst. (SUPER!)

...

Spürst Du, während Du hier sitzt und downloadest, dass sich jetzt gerade etwas in Deinem System verändert, aufrichtet, erneuert?

Es ist ganz klar...denn was gerade geschieht ist: Du gehst gerade aus der Frequenz des „Wollens“...also etwas, was Dein Bedürfnis ist und das noch nicht da ist, in die Frequenz des „SEINS“ , also all dessen, was in Dir schon existiert.

Bisher hast Du Ziele aufgestellt, Visionen aufgestellt „Ja“ gesagt, wenn Du lieber „Nein“ gesagt hättest... weil Du Dir erhofftest, dadurch etwas zu erfahren, wonach Du Dich gesehnt hast...nach Liebe und Anerkennung vielleicht?

Und dabei hast Du ganz vergessen, dass es bereits in Dir ist. dass Du Liebe und Anerkennung nicht im Außen findest, sondern in Dir.

Weil Du ab heute mehr Dinge tust, die Dir guttun.

Weil Du endlich das tust, was Du schon immer tun wolltest, und zwar ohne Dir vorher so viele Gedanken zu machen, was die anderen denken, und sondern spontan handelst.

Weil Du Dich mehr und mehr von faulen Kompromissen befreist.

...

...

Spüre das!

Spür, dass all das bereits in Dir ist.

Spüre, dass es jetzt in diesem Download in Dir getriggert – also wachgekitzelt wird.

...

...

...

Und dann komm langsam zurück hierher an Deinen Platz.
Bring etwas Bewegung in Deine Körperin
Vielleicht willst Du noch etwas aufschreiben?
Nimm Dir Zeit.

Ich wünsche Dir einen Tag voller Wunder
Danke für Dein Vertrauen

(Text von Manuela Latzel / www.manuela-latzel.de)