



Meditation: Download der archetypischen Urkraft der Künstlerin

Herzlich willkommen zu dieser Meditation, ich freue mich, dass du dir jetzt hier, heute, Zeit nimmst, für dich und der Meditation.

zum Download der archetypischen Urkraft der KÜNSTLERIN

Du brauchst für diese Meditation, diesen Download, ungefähr eine halbe Stunde Zeit.

Geh in die Natur oder setz dich an einen Platz, wo du es dir für die nächste Zeit wirklich ganz bequem machen kannst 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 und durchaus positive Urkraft der KÜNSTLERIN nicht irgendwo ist, sondern, dass sie bereits in dir vorhanden ist, wie eine Quelle, die jetzt und hier nur entdeckt und angezapft werden will.

Pause

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

Schalte alles aus..... das Handy, das Telefon, die Türklingel

Setz dich entspannt hin,vielleicht musst du dich noch einmal etwas zurechtruckeln, so bis du hier jetzt wirklich ganz bequem und entspannt sitzen kannst.

Nimm drei tiefe Atemzüge..... und dann atme ruhig und gleichmäßig weiter.

Schließe deine Augen und lausche meinen Worten

Länger Pause

Also,

dann stell dir jetzt bitte mal vor, dass diese archetypische Kraft der KÜNSTLERIN mit all ihren Kräften, also mit all ihren Träumen und fantasievollen Bildern und Botschaften, mit ihrem Einfallsreichtum und ihrer Schöpferinnenkraft, ihrer mitreißenden und manchmal auch mit ihrer viel. weltfremden Art,

dich daran erinnert, dass sie nicht irgendwo außerhalb von dir zu finden ist, sondern tatsächlich jetzt gerade hier in dir zur Verfügung steht und nur aktiviert werden will.

Und anstatt dich anzustrengen und danach zu greifen, lade ich dich jetzt ein, einfach deine Arme weit zu öffnen..... , einmal tief ein und aus zu atmen um dich noch mehr zu entspannen.....und deine Hände mit den Handflächen nach oben abzulegen.

Atme ruhig und entspannt weiterund stelle dir vor,..... dass diese Energie deiner KÜNSTLERIN, die ja in dir bereits existiert, sich langsam, aber sicher in dir ausbreitet.

Stell dir vor, dass sie jetzt in dein System – in all deine Zellen hineinschmilzt.

Spüre das.

-

Atme entspannt weiter

-

Empfange.

-

Lass es geschehen.

-

Stell dir vor, dass während du mir hier jetzt gerade lauscht...

sich auf eine magische Art und Weise dein System mit den wunderbaren Eigenschaften, wie ihrer Kreativität, ihrer Begeisterungsfähigkeit und ihrem Einfallsreichtum, ihrem feinen Gespür und ihrer Fähigkeit, aus ihren Träumen schillernde und einzigartige Werke zu erschaffen, angefüllt hat und weiter anfüllt.

Also,

wenn du bisher deine Kreativität als nicht vorhanden erklärt oder aber ihr wenig Raum gegeben hast, dann stell dir vor, wie es dir ab jetzt gelingt, deine wunderbaren Ideen in die Welt zu bringen, sichtbar zu werden und du bereit bist, Neuland zu betreten und deine Kreativität zu leben.

Wenn du dir bisher zu viele Gedanken darüber gemacht hast, was andere über dich denken, wenn du deinem Ruf folgst und dich dem hingibst, was in dir schlummert, du dich bunt und schillernd zeigst und dadurch deine Einzigartigkeit unterstreichst, dann wisse, dass du jetzt gerade in diesem Augenblick etwas in dir aktivierst, dass dich eine Schöpferin werden lässt, eine Schöpferin deiner eigenen Werke aus der du heraus deine Werte wie Offenheit und Toleranz lebst.

Wenn du bis heute viele Ideen und Visionen hattest und dich nicht getraut hast, sie zu verwirklichen, wenn du diese immer wieder kritisch betrachtetest und dich dadurch selbst hinderst oder blockierst, dann stell dir vor, wie du jetzt und hier mehr und mehr den Mut hast, Neuland zu betreten und deine originellen und fantasievollen Bilder und Botschaften realistisch umsetzt und diese in die reale Welt hinausbringst und mit Freude präsentierst.

Wenn du bisher viel Kraft dafür aufbringst deine Lebenslust zu zügeln und dich mangelnde Selbstfürsorge oft erschöpft sein lässt, du dich in Abhängigkeiten begibst und dadurch dein Leben manchmal aussichtslos erscheint, dann stell dir jetzt einmal vor, wie du mit deiner Schöpferinnenpower, deinem Einfallsreichtum, deiner mitreißenden und begeisterungsfähigen Art, deiner Energie, die dir aus deinen Träumen und Visionen zur Verfügung steht, deine Ziele verfolgst.

Weil du ab heute zu deiner Begeisterungsfähigkeit und Einzigartigkeit stehst und alle Farben deines Lebens lebst.

Weil du ab jetzt deiner originellen und mitreißenden Art, deinem Einfallsreichtum und deiner Lebensfreude Raum gibst.

Weil du dich in deiner schillernden Weiblichkeit mit alle ihren Visionen und Träumen nicht mehr unwohl fühlst, sondern dich selbst feierst und deine Träume umsetzt.

Weil du nicht länger dein Licht dämmst, sondern dich HELL und KLAR erstrahlen lässt, dein Urvertrauen spürst und bereit bist, dich in all deinen Facetten zu zeigen und zu lieben.

Weil du dich ab heute nicht länger in Abhängigkeiten begibst, sondern all deine innovativen und schöpferischen Ideen voller Begeisterung in die Welt trägst und deiner KÜNSTLERIN Raum gibst um dein wahres Potential zu entfalten.

Weil du ab heute spürst, wie die KÜNSTLERIN dein Leben bereichert, dich vollständiger werden lässt und dein inneres Licht zum Leuchten bringt.

Spürst du, während du hier sitzt und downloadest, dass sich jetzt gerade etwas in deinem System verändert, aufrichtet, vielleicht 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 und, Visionen aufgestellt... weil du dir erhofftest, dadurch etwas zu erfahren, wonach du dich lange gesehnt hast...

Dabei hast du ganz vergessen, dass es bereits in dir ist.

Du kannst jetzt mit Freude deine Kreativität wahrnehmen, umsetzen und leben.

Du lässt dich nicht weiter von Abhängigkeiten bestimmen, sondern folgst deinen Ideen, Visionen und Träumen und setzt diese auf realistische Art und Weise um.

Du hast ein gutes Gespür für das Sichtbare und Unsichtbare in dir, in deinem Leben, in der Welt.

Du gehst neue Wege und pflegst dennoch deine ursprünglichen Werte, wie Offenheit, Mitgefühl, und Disziplin, um deine Visionen realistisch umzusetzen.

Du lebst dich in all deiner Einzigartigkeit und deiner schillernden Persönlichkeit und lebst nach deinen Werten, die dich unterstützen, ganz du zu sein und dich zu leben.

Spüre das!

Spüre, dass all das bereits in dir ist.

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

Spüre das alles.

Und dann komm langsam in deinem Tempo zurück hierher an deinen Platz.

Bring etwas Bewegung in deine Körperin.

Strecke deine Arme aus, bewege deine Beine, deine Finger, deine Hände.

Öffne langsam deine Augen.

Atme ein- zweimal tief ein und aus

Und nimm wahr, wie du wieder ganz klar hier an deinem Platz sitzt.

Vielleicht willst du noch etwas aufschreiben?

Nimm dir Zeit.

Ich wünsche dir einen Tag voller Wunder

und danke dir für dein Vertrauen

(Text von Kerstin Wilke / www.kerstinwilke.de)