

Dein Innerer Heil-Raum

Setze dich bequem hin, spüre deine Füße auf der Erde. Das gibt dir direkt einen Halt. Wenn du magst, schließe deine Augen und folge deinem Atem. Lasse ihn einfach fließen. Bei diesem Kennenlernen deines Inneren Heil-Raums lasse dich einfach auf diese Erfahrung ein. Beim nächsten Mal kannst du mit der Bitte um Heilung für eine bestimmte Sache diesen Besuch zu deinem Inneren Heil-Raum machen.

Gehe mit deiner Aufmerksamkeit zu deinem Herzen, und von diesem inneren Startpunkt weiter zu deinem Bauchraum. Wieder siehst deine wunderschöne Blumenwiese, du gehst behutsam und doch zielstrebig auf der Blumenwiese zu einem dir noch unbekanntem Ziel. Es sind verschlungene Wege, über die du gehst. Unmerklich bist du auf einer kleinen Anhöhe angekommen. Ein wunderschönes Haus steht dort, du fühlst dich schon bei dem Anblick sehr wohl und innerlich friedlich. Du öffnest die Tür und gehst hinein. Nachdem schließen der Tür bemerkst du, dass es nur ein Raum ist, auf jeder der vier Wandseiten ist ein riesengroßes Fenster. Es nimmt fast die ganze Breite und Höhe der Wand ein. Aus jedem Fenster siehst du in eine andere Landschaft, faszinierend.

Beim Blick aus dem ersten Fenster siehst du einen großen Wasserfall, der in einen See fällt. So wirkt es beim ersten Hinsehen. Jedoch ist an einer Seite des „Sees“ eine Öffnung, aus der ein kleiner Bach seinen Weg weiter in die Landschaft findet. An diesem Fenster steht ein großer, breiter Sessel. Er ist so groß und breit, dass du dich auf ihn legen kannst. Ganz entspannt kannst du zu dem Wasserfall herüberschauen. Das Fenster scheint Öffnungen zu haben, denn du hörst das tosende Geräusch des Wasserfalles und riechst das Wasser, selbst den kühlen Luftzug nimmst du wahr. Alles in sich sehr angenehm erfrischend. Neben dem Sessel ist eine Dusche mit dem Wasser von dem Wasserfall, damit kannst du dich äußerlich und auch innerlich reinigen und erquicken. Denn zwischen den Wassertropfen sind tanzende Lichtfunken, die in deinen Chakren und in deiner Aura für eine Reinigung sorgen. Gleichzeitig wirst du von einem warmen Luftzug durchpustet, der alle krankmachenden, sorgenvollen Gedanken aus dir heraus weht. Nach dieser ausgiebigen „DreifachDusche“ kannst du in dir Ruhe spüren.

Du gehst zu der zweiten Seite des Raumes, aus diesem Fenster schaust du direkt in einen Wald hinein. Es hat den Anschein als würdest du auf einem geräumigen Hochsitz sitzen, er ist mit Kissen und Decken ausgestattet. Direkt vor dir ist eine Lichtung, die Sonne scheint dort herauf. Um die Lichtung herum sind kleine und große Laub- und Nadelbäume arrangiert. Obwohl du dort „oben“ sitzt, kannst du das weiche Gras und Moos spüren. Nimmst den Duft der frischen Waldluft wahr. Lustiges Vogelgezwitscher dringt an dein Ohr. Ein schönes, heimeliges und beruhigendes Gefühl macht sich in dir breit. Sollte sich ein Tier dir zeigen, dann hat es eine bestimmte Botschaft für dich. Genieße jetzt diese Aussicht und die Gefühle, die es in dir entfacht. Hast du dich genug

erfüllt mit dieser Aussicht und dem dazugehörigen Gefühl, dann gehe gern weiter zu dem nächsten Fenster.

Dort schaust du wieder auf das Meer mit dem Sandstrand, was du schon von deinem Inneren Wellness Ort her kennst. Diese Weite lässt alles, was noch bedrohend und groß in dir zu sein scheint klein werden, es verliert sich in dieser Weite. Vielleicht kommen Tränen herauf, lasse sie in dieses Meer fließen. Gib dich dem Geräusch der Wellen und dem Wind der durch die Palmen weht hin. Alles, was noch losgelassen werden sollte, um in dem Punkt Heilung zu bekommen, warum du hier bist, kann jetzt gehen. Lasse dich von den Wellen imaginär durchspülen. Sie nehmen das mit, was deiner inneren Heilung blockiert. Du wirst spüren, wenn es Zeit ist, zu dem nächsten Fenster zu gehen.

Vor dem nächsten Fenster steht eine große Liege, gut gepolstert, sodass du wie auf Wolken liegst. Der Kopf liegt bequem erhöht. Wenn du aus diesem Fenster schaust, siehst du eine weiße irisierende Energie. Sie spürt sich weich an, luftig, rein und als ob sie alles heilende in sich trägt. Und so ist es auch. In dir ist der Frieden und die Liebe der All-Eins-Quelle zu spüren.

Um dich herum bauen sich Energien auf, ebenfalls in diesem weißen irisierenden Farbton, dein Inneres Ärzte-Team. Sie verneigen sich vor dir, eine unbeschreibliche Liebe geht von ihnen aus. Genieße einfach ihr sein, sie werden jetzt alles tun, um dich in deine Heilung zu bringen. Solltest du in der Zeit wo sie wirken Szenen, Worte oder andere Informationen erhalten, dann gehe dem später nach. Jetzt genieße und lasse Heilung zu. Wenn das getan wurde, was für den Moment vorgesehen ist, wird dein Inneres Ärzte-Team vor deinem Inneren Auge verblassen. Du kannst dich wieder erheben.

Beim herumdrehen siehst du, wie in der Mitte des Raumes eine gläsern aussehende Liegefläche aus dem Boden heraus fährt. Du gehst auf sie zu, beim Berühren spürst du, dass sie ganz weich ist und dennoch durchsichtig. Du legst dich auf diese Liege. In diesem Moment strahlt von unten blaue Heilenergie von Mutter Erde in dich hinein. Spüre, wie wohltuend das ist.

Über dir scheint sich die Decke zu öffnen, die goldene Heilenergie aus der göttlichen Quelle fällt sanft auf dich herab und durchströmt deinen Körper. Bade dich in diesen Energien. Nimm soviel und solange diese Energien in dich auf, wie es sich gut anfühlt.

Wenn du erfüllt bist, erhebe dich, gehe zur Tür , über die Blumenwiese zu deinem Herzen und komme wieder ins Hier und Jetzt.

Ich wünsche dir ganz viel Erfolg und wichtige Erkenntnisse durch deinen Inneren Heil-Raum

In Liebe Josefine 

Anmerkung

Schaue im Netz die Bedeutung des Krafttieres nach wenn dir eines begegnet ist.
Und vergiss nicht, dem nachzugehen, was sich bei dem Kontakt zu deinem Ärzte-Team gezeigt hat.