



Erzengel Gabriel - Botschaft

Insider Secrets Verlag 2013

## **Erzengel Gabriel - „Integriert Meditation in Euer Leben“ - 10.01.2014**



*Hallo meine Lieben, ICH BIN Engel Gabriel. Viele Menschen würden gern Meditation in ihr tägliches Leben integrieren, aber sie sagen, dass sie einen Mangel an Konzentration haben. Habt ihr jemals jemanden sagen gehört, dass sie es bedauerten, dass sie sich nicht sorgen könnten, aber sie hätten einfach nicht die Konzentration dafür?*

*Ihr Lieben, ihr habt bereits die Konzentration, ihr habt sie einfach nur verwendet, um mehr davon zu erschaffen, was ihr „**nicht**“ wollt! Meditation braucht nicht schwierig zu sein. Ihr braucht nicht die absolute Stille beabsichtigen.*

*Meditation kann sei, in der Natur spazieren zu gehen. An einem Strand zu sitzen. Ein Gebet. Euch einen Moment Zeit zu nehmen, um still zu sein und eurem Atem zuzuhören. Das Tun von etwas Kreativem. Ein Moment der Dankbarkeit. Das Fahren oder das Mitfahren in einem Fahrzeug.*

*Jeder Ort, wo ihr euch selbst zur Ruhe gebracht habt an einen Ort der Offenheit, Ausrichtung und entspannter Konzentration, zählt als Meditation.*

*Legt eure Übung nicht beiseite, weil es eine Fertigkeit ist, die ihr bereits habt. Haltet einfach inne, verbindet euch mit dem, was ihr als eure göttliche Quelle betrachtet, konzentriert euch auf etwas, was sich gut anfühlt, und betrachtet es als Erfolg.*



*ICH BIN Erzengel Gabriel*