



## **Wie wir durch die Aufstiegs-Symptome gelangen, ohne verrückt zu werden**

**Ein kurzer Leitfaden zu verschiedenen Mitteln, die Ihr verwenden könnt, um euch selbst sofort auszubalancieren**

*Ich habe diesen Artikel in Bezug auf den Zeitraum der Amygdala-Klärungs-Tor im September geschrieben, aber diese Hilfe und die hier erwähnten Mittel können verwendet werden in Zeiträumen, in denen wir uns durch die verschiedenen Portale bewegen, die uns erwarten.*

*Der Grund, dass wir immer und immer wieder durch so viele Portale und so viele Übergänge gehen - ist, dass viele der alten Energien sich in die menschliche DNA, Psyche und Lebensweise verwurzelt haben. Vieles von den alten Glaubens-Systemen muss freigegeben werden, vorgefertigte Konzepte aus unserem Unterbewusstsein gelöscht, damit ein neuer Satz von universellen Gesetzen eingeführt werden kann. Wie wir menschliche Körper verstehen, oder wie unsere galaktische Familie es gerne nennt „menschliche Gefäße von Zeit und Raum“, wurden über Tausende von Jahren von vielen Informationen durchdrungen. Das ist der Grund für eine vollständige Umwandlung, die nicht über Nacht geschehen kann. Wir müssen daran arbeiten, alles aus der Vergangenheit freizugeben. Eure augenblickliche Realität wurde z. B. durch eure Eltern Großeltern und eine Reihe von Überzeugungen beeinflusst, und die Liste geht weiter. Alle diese Informationen wurden auf euch übertragen. Ein einfaches Beispiel wäre eine Wort-Verbindung aus eurer Kindheit. Wenn ihr an ein bestimmtes Wort denkt, das innerhalb von euch einen besonderen Satz von negativen Emotionen hervorbringt, muss es neu eingestellt werden. Es ist wichtig die Gründe für dieses Ereignis zu verstehen und die Auslöser der Vergangenheit freizugeben.*

*Natürlich könnt ihr euch helfen, indem ihr bewusst mit euren Gedanken-Prozessen arbeitet. Lasst alles frei und gehen, was euer gegenwärtiges Leben aus der Vergangenheit beeinflusst. Wir alle wissen, dass die Worte, die wir wählen, um uns auszudrücken, sind die Worte, die unsere Erfahrungen bilden. Wenn ihr morgens aufwacht und eure Absicht setzt, dass ihr einen schwierigen Tag habt, werdet ihr einen schwierigen Tag haben. Wenn ihr jedoch eure Absicht auf Positivität setzt, auch wenn ihr ein „Problem“ findet, das ihr betrachten müsst, werdet ihr den Grund für dieses Ereignis sehen und beginnen statt enttäuscht zu sein, die verschiedenen synchronen Ereignisse zu verstehen, die entworfen wurden, um euch bei eurer Reise zu unterstützen. Auch wenn ihr nicht versteht, warum das und das „negativ“ (wie ihr es gerne glaubt) aufgetreten ist, ändert ihr eure Einstellung gegenüber dem, was mit euch geschieht, euer Bewusstsein verschiebt es in Positivität und lädt einen Fluss von Energien in euer Leben, damit verschiedene Gelegenheiten der Angleichung wahrgenommen werden und ihr eure Reise wirklich genießen könnt.*

*Aber nun zurück zu den Aufstiegs-Symptomen, die wir alle erleben. Es kann manchmal sehr hart werden,. Während sich euer Körper verändert und euer Verstand dennoch an der Vergangenheit festhält. Die Reibung von dem was euer Verstand weiß, und dem was über seinen Weg kommt, verursacht eine Menge auftretender Spannung. Der Schub aus dem Alten und das Begrüßen des Neuen ist nicht immer eine angenehme Erfahrung, besonders wenn wir durch ein Vakuum geschoben werden, wo alle alten Energien buchstäblich aus uns herausgestoßen werden.*

*Während dieser wirklich turbulenten und doch unglaublich schönen Zeit des Aufstiegs, werden die meisten von uns Probleme mit unserem Herz-Chakra und dem Sakral-Chakra erleben. Verbunden mit den Energien aus dem Fruchtbarkeits-Fülle-Portal wird unsere Sonne weiterhin enorme Mengen der Codes freigeben, die alles auf der Erde beeinflussen, durch das, was als Sonnen-Eruptionen bezeichnet wird. Ich bin mir sicher, dass viele von euch bemerkt haben, dass die Flares immer ein wenig überwältigend sind.*

*Viele berichten davon - ich persönlich habe Herz-Schwankungen, mein Herz begann unglaublich weh zu tun und ich wurde mit den eingehenden Energien unfähig, mich einige Minuten lang zu bewegen. Viele berichten von Herz-Schmerzen, Krämpfen, Muskel-Krämpfen, Schwindel, Übelkeit und Hitzewallung, während ihr Sakral-Chakra beginnt sich zu aktivieren und die enorme Kundalini-Energie durch den Körper sendet. Und auch wenn dies alles völlig normale „Nebenwirkungen“ sind, oder was eine Heilungs-Krise des Aufstiegs genannt wird, gibt es Hilfe, das alles durchzustehen.*

*Was können wir also tun um ruhig zu bleiben und unsere Vernunft intakt zu halten?*



*1 - Als erstes empfehle ich euch ruhig zu bleiben, ich habe verschiedene Atmungs- und Energie-Techniken in vielen meiner früheren Artikel angegeben. Hier möchte ich den schnellsten Weg erwähnen, den ich gefunden habe, um wieder das Gleichgewicht eurer Energie zu finden.*

*Wenn ihr nicht aufstehen könnt, setzt euch gerade hin, mit den Füßen auf dem Boden ~ den Rücken so gerade wie möglich. Jetzt legt die Handflächen zusammen, wie zu einem „Gebet“ und schiebt eure Arme richtig zwischen eure Schenkel, dies wird euch innerhalb von Sekunden beruhigen.*

*Sonst steht auf, so, dass sich die Füße direkt berühren, positioniert eure Hände in einer Gebets-Haltung vor der Brust. Konzentriert euch auf euer Kronen-Chakra und euer Basis-Chakra und bittet euer höheres Selbst darum, euch mit der Quelle von Allem was ist auszurichten, was durch euer Kronen-Chakra und den Kern der Erde durch euer Wurzel-Chakra geschieht. Erlaubt diesen Energien durch euch zu zirkulieren, langsam ein und aus atmend.*

*Manchmal schlägt die Atmungs-Methode fehl, weil euer Verstand euch nicht erlaubt euch zu entspannen. In diesem Fall verwende ich Homöopathische Mittel wie Bach-Blüten-*

*Essenzen, Schuessler-Salze und Homöopathie von Dr. Hahnemann, die entspannen. Bevor ihr etwas einnehmt, wendet euch bitte an euren Arzt und lest die Etiketten auf diesen Produkten sorgfältig. Bitte bedenkt, dass alle diese Mittel absolut sicher sind und keine bekannten Nebenwirkungen haben. Forscht jedoch zuerst selbst und glaubt es mir nicht einfach - folgt eurer eigenen Intuition und hört auf euer Herz.*

*2 - Notfall-Hilfe: Ich schlage vor, dass ihr die Blüten-Essenz-Kombination „Notfall-Tropfen“ immer mit euch tragt. Sie ist in den meisten Reformhäusern auf der ganzen Welt erhältlich. Diese Mischung wurde von Dr. Bach geschaffen, um Notfälle und Krisen zu bewältigen - das sind jene Momente, wenn keine Zeit für eine ordnungsgemäße individuelle Auswahl der Heilmittel ist.*

*Es kann verwendet werden, um uns durch alle Stress-Situationen zu helfen, in letzter Minute vor Prüfungs- oder Interview-Nervosität, aber auch um die Folgen eines Unfalls oder schlechte Nachrichten zu verkraften. Notfall-Tropfen helfen uns entspannen, fokussiert zu bleiben und die nötige Ruhe zu bekommen. Deshalb besorgt euch bitte eine Flasche und tragt sie immer mit euch. Achtet darauf, dass ihr es nicht neben eurem Computer stellt, da die Frequenzen des Computers die Energie-Prägung in der Flasche beeinträchtigt. Noch einmal, Blüten-Essenzen sind vollkommen sicher, allerdings basieren die meisten auf Alkohol, wenn das also ein Problem für euch darstellt, weil Alkohol am häufigsten unsere Leber beeinflusst, oder ihr wollt es auch euren Kindern geben, achtet auf eine alkoholfreie Basis-Lösung.*



*3 - Salze sind eines meiner bevorzugten Hilfen. Wenn sie richtig ausgewählt und verwendet werden können sie eine enorme Anzahl von Krankheiten heilen. Zusammen mit der Homöopathie ist dies eine Wunder-Heilmethode. Ich werde nur ein Salz für euch erwähnen, das Kali Phos #6 (Anm. Üs: Schüssler Salz Nr. 5 - Kalium phosphoricum D6). Je nach Land variiert es, also sucht nach dem Namen Kali Phos. Was ihr sucht ist eine 6 X-Potenz, es ist eine Standard-Wirksamkeit, die für die Salze verwendet wird. Ihr könnt dies in jedem Reformhaus oder online erwerben. Kali Phos ist ein phänomenales Heilmittel! Es wird euch nicht nur sofort beruhigen, sondern es liefert auch dringend benötigte „Gehirn-Nahrung“. Dieses Mittel lindert Depression, Verwirrung, Gedächtnisverlust, Nervosität, Furcht usw. Es ist nicht nur ein Frequenz-Heilmittel, weil es tatsächlich das Salz enthält, das euer Körper auf einer täglichen Basis benutzt, sondern weil es Homöopathisch bereit ist eurem Körper zu sagen, was damit zu tun ist. Es tritt extrem schnell in den Blutkreislauf und wird sofort zu handeln beginnen. Noch einmal, Salze sind unglaublich sicher und haben keine bekannten Nebenwirkungen, allerdings basieren sie auf Milch-Zucker, und wenn ihr eine Laktose-Intoleranz und/oder diabetisch seid, sucht eine flüssige Lösung dieses Produkts oder löst die empfohlene Tages-Dosis in einer Flasche Wasser auf und trinkt es über den Tag verteilt.*



*4 - Ätherische Öle: Wir kennen uns alle mit ätherischen Ölen aus. Was ich gefunden habe sind drei Öle, die mich sehr schnell wieder ins Gleichgewicht bringen. Ätherisches Bergamott-Öl, Lavendel und Menthol. Menthol hebt nicht nur meine Stimmung, sondern hilft auch bei Stirnhöhlen-Problemen, die ich bisweilen erfahre. Es ist schnell wirkend und eine wunderbare Ergänzung für jedes Heim. Wenn ihr die Notfall-Hilfe oder die Salze integrieren möchtet, bleibt jedoch weg von Menthol/Minze, da es die homöopathische Frequenz bricht und die Mittel dann nicht mehr funktionieren.*

*5 - Kristalle und Energie-Werkzeuge eurer Wahl: Wie viele von euch wissen, halten Kristalle heilende Energie-Frequenzen und Informationen, überdies können Kristalle und Quarze mit verschiedenen Informationen programmiert werden, indem ihr eure eigene Absicht und die Energie von einer Vielzahl von Wesen benutzt.*

*Meine Lieblings-Werkzeuge sind natürlich von Natalya Ankh, wie viele von euch wissen, die ich mit Hilfe der verschiedenen Erzengel wie Metatron, Michael, Isis, Saint Germain usw. entworfen und von Natalya hergestellt werden. Da ich ein Energie-Heiler bin, arbeite ich täglich zum Entfernen und Anpassen der Energie-Frequenzen mit allen, die zu mir kommen, sowie an der Entfernung von dunklen Entitäten, Implantaten usw. so benutze ich diese Werkzeuge täglich. Ich habe beobachtet, dass das Werkzeug, die Saint-Germain-Disc mich am meisten beruhigt. Sant Germain lässt die Energien und die Violette Flamme einfließen. Die Violette Flamme ist eine der mächtigsten Schwingungs-Frequenzen, die in unser Blickfeld als UV und Violett eintritt. Diese Frequenz arbeitet an der Öffnung unserem 8. Chakra und Kronen-Chakra, den Chakren der Göttlichkeit und verbindet uns mit dem Göttlichen. Auf diese Weise werden unsere ganzen Körper gereinigt, Blockaden entfernt, die Vergangenheit freigegeben und alles wird umgewandelt, was für die totale Anerkennung und das Verständnis für das Selbst im Wege steht.*

*Das Werkzeug, das mir die meiste Kraft und Schutz gibt, ist natürlich der Erzengel-Metatron-Schlüssel. Ich werde es hier kurz für jene erwähnen, die nicht mit diesem Werkzeug vertraut sind.*

*Metatrons Reinigungs- und Schutz-Mittel - wie mir Metatron sagte - aktiviert sich selbst automatisch um 11 und 23 Uhr täglich für die Energie-Quelle, um sie hineinzuziehen und dann diese Energie durch den Tag an euch abzugeben. Es schützt bis zu 13 Meter in alle Richtungen - denkt daran, dass euer eigene Einflussbereich 18 Meter in alle Richtung ist, und gekoppelt mit diesem Werkzeug gekoppelt, wird eure Energie vergrößert, was ein Vakuum des Abstandes schafft, der exponentiell erweitert wird.*



*Hier könnt ihr mehr über dieses Werkzeug erfahren:  
<http://www.metaphysicalascensionpowertools.com/default.ASP>*

*Ich hoffe, dass euch dies hilfreich war. Ich sende euch einen Tsunami aus Liebe, Licht, Fülle, Gesundheit und Freude.*



*Namastè*