



Selbstliebebad

Hier auf dieser Seite darfst Du Dich selbst ganz kräftig umarmen.

Traue Dich. Es ist ganz einfach.

Wie oft hilfst Du anderen Menschen in Deinem Alltag und kümmerst Dich um andere und vernachlässigst Dich dabei?

*Mache Dir keine Vorwürfe, die meisten Menschen vergessen sich selbst.
So nehme Dir nun Zeit dazu.
Jetzt und in Zukunft jeden Tag.*

*Schon bei den alltäglichen Kleinigkeiten fängt es an.
Beginne alles mit Liebe zu tun.
Die Körperpflege zum Beispiel. Putze Dir mit Liebe die Zähne.
Mache Dich hübsch für Dich selbst, nicht für andere.
Fühle Dich in Deinen Körper wohl wie er ist.*

Denn so wie Du bist, bist Du wunderschön.



Ich, Lady Nada, werde Dich und Dein Inneres Kind nun in meiner Liebe baden. Um Deine Liebe zu Dir selbst zu stärken begeben wir uns nun in Dein Herz.

Wenn Du mir Deine Erlaubnis erteilst, begleite ich Dich nun in Dein Herz hinein. Du findest Dich nun wieder vor Deiner Herzenstür. Gemeinsam werden wir sie öffnen und in Deinen goldenen Herzensraum hineintreten.

Bist Du bereit dazu? So öffne mit mir die Tür.

Trete ein und erblicke die Schönheit um Dich.

Fühle diese unglaubliche Schönheit, die Du bist. Sie liegt in Dir, in Deinem Herzen.

.-.-.-.-. Nehme Dir nun Zeit dazu diese in Dir zu fühlen - in Stille oder lausche den Klängen der Wirklichkeit - <http://www.youtube.com/watch?v=VWjZHE2TqvQ> .-.-.-.-.

*So wunderschön bist Du.
So einzigartig.
Du wirst nun Deinem inneren Kind begegnen.
Es sitzt in der Mitte des Raumes auf einem goldenen Stuhl.*

Du kannst nun zu ihm gehen.

Sieh es Dir genau an. Ist es traurig? Ist es fröhlich? Möchte es Dir etwas mitteilen?

Nehme es für einige Augenblicke liebevoll in den Arm. Streichle es. Umarme es. Küsse es. Sende ihm all Deine Liebe, die Du ihm geben kannst. Es hat so lange darauf gewartet.

.-.-.-.-.-. Nehme Dir nun Zeit dazu .-.-.-.-.-.

Ich, Lady Nada, bin bei Euch und übertrage Euch nun meine hohe Liebesenergie. Ich umarme Euch mit meiner Liebe. Ich bette Euch darin ein.

.-.-.-.-.-. Energie wird übertragen .-.-.-.-.-.

So, meine Lieben, es ist Zeit zurückzukehren. Verabschiede Dich von Deinem Inneren Kind und versprich ihm, dass Du bald zurückkommst. Denn es wartet auf Dich, wenn Du weg bist. Dass Du mit ihm spielst, mit ihm tanzt, es ernst nimmst, es lebst. Lebe Dein Inneres Kind. Es ist das Wertvollste, was Du besitzt.

Ich geleite Dich nun aus Deinem goldenen Herzensraum hinaus.

Komme mit 5 tiefen Atemzügen zurück in Deinen Körper.

Komme im Hier und Jetzt an.

Atme tief ein und aus.

Ich sende Dir meinen Kuss der Liebe auf Deine Stirn und sage Dir



Namastè