



## **Ausgleichungsbad mit Adonai Ashtar**

*Atme tief und gleichmäßig ein und aus.*

*Fühle Deinen Atem, wie er gleichmäßig in Dich ein- und ausströmt und nehme Dir einige Augenblicke diesen ganz bewusst wahrzunehmen.*

.....

*Ich bin Adonai Ashtar Sheran und ich begrüße Dich, hohes Licht Omar ta satt.*

*Fühle wie Du über Deinen Atem die Luft, die Dich umgibt, in Dich einatmest und fühle wie ich Dir jetzt Energien des Ausgleichs übertrage, die Du ganz einfach über Deinen Atem in Dich aufnehmen kannst. Atme das ausgleichende Licht in Dich tief hinein und fühle wie sich dieses ganz sanft und ganz leicht in Deinem Körper, in Deinem System, in Deinen Chakren und in Deinen Zellen verteilt. Atme das Licht des Ausgleichs, des Friedens in Dich hinein und lasse es in Dir zirkulieren. Spreche mit Deinen Zellen und bitte sie sich für das Licht des Ausgleichs zu öffnen und es in sich aufzunehmen.*

*Kristall*



*harmonie*

*Oftmals nimmst Du Energien in Deinem Alltag auf, die Dich aus Deiner Mitte zerren, die Deine männliche und weibliche Energie in Ungleichgewicht bringen. Fühle wie sich sanft diese Energien wieder in Dir über Deinen Atem harmonisieren und ins Gleichgewicht zurück gebracht werden. Fühle wie Du auch innerlich aufatmest und ein Frieden sich beginnt in Dir auszubreiten. Die Energie des kosmischen Friedens wird nun an Dich übertragen. Atme diesen Frieden tief in Dein Herzchakra ein und fühle wie Dein Herz sich weitet. ....*

.....

*Atme diesen Frieden nun tief in Deinen Solarplexus ein und fühle wie sich auch dort, im Zentrum Deiner Mitte, der kosmische Frieden ausdehnt.*



.....

*Manifestiere, denke bewusst Gedanken der Liebe, Gedanken der Hingabe. Wie wünscht Du Dir Dein Leben? Was ist Dein nächster Schritt? Manifestierst Du aus der Liebe, so säst Du Samen der Liebe für Dein Leben und diese Liebe kreiert noch mehr Liebe. Säst Du unbewusst destruktive Samen so erntest Du dort auch das, was Du gesät hast. Entscheide Dich ganz bewusst, wenn Du neue Wege beschreiten möchtest und kläre hierfür Dein Gedankenfeld. Säe friedvolle Gedanken der Liebe für Dein Leben hier auf Erden. Und sei Dir bewusst, dass Du der Schöpfer bist. Der Schöpfer Deines Lebens.*

.....

*Atme nun diesen Frieden in Dein Scheitelchakra ein. Fühle wie die Energien in Deinem Scheitelchakra sanft ausgeglichen werden, wie so sanft eine ganz neue Öffnung nach oben, zu den geistigen Ebenen in Dir stattfinden kann. Sei ganz ohne Erwartung und fühle was geschieht. Fühle wie die Öffnung nach oben Dich ausdehnt und Dein Bewusstsein, das Bewusstsein für das Große Ganze in Dir ausdehnt.*

.....

*Kehre nun zurück mit Deinem Fokus in Dein Herzchakra. Atme noch einmal bewusst den Frieden und die Energie des Ausgleichs in Dein Herz hinein. Und erlaube nun Deinen Chakren sich zu vereinen.*

*Rufe Deine Chakren zusammen und lasse das Licht der Liebe sich in Dir ausdehnen über all Deine Körper hinweg. Fühle die Liebe, fühle den kosmischen Frieden, fühle den Ausgleich, der in Dir stattgefunden hat.*

*Wenn Du es wünscht spreche abschließend ein Gebet der Dankbarkeit. Ein jedes Wort bewusst gesprochen in Liebe und Hingabe ist ein großes Geschenk für Dich und die Welt. Fühle, dass Deine Worte Veränderungen bewirken können - in Deinem Leben und in dem Leben so vieler Menschen und Wesen hier auf Erden.*

*Ich, Asthar, bedanke mich bei Dir für Deine Aufmerksamkeit und Achtsamkeit.*

*Unermesslich ist unsere Liebe zu einem jeden einzelnen von Euch, geliebte Menschenkinder und Brüder und Schwestern des Lichtes und des Friedens.*

*So ist es.*



*Namastè*