



Innere Familie Bad

Während die Energien nun beginnen einzuströmen, bist Du eingeladen den „Klängen der Wirklichkeit“ <http://www.youtube.com/watch?v=VWjZHE2TqvQ> zu lauschen oder Dich für einige Momente in der Stille Deines Herzens auf die Meditation einzustimmen.

.....

Du trägst eine Innere Familie in Dir. Deine Innere Familie ist der Spiegel Deiner Seele, die Grundstruktur Deiner Seele, Deiner inneren Anteile - Deines männlichen, weiblichen und kindlichen Anteils. All diese gehören zu Dir und wenn diese in Dir ausgeglichen sind bist Du innerlich ausgeglichen und stabil.

So erlaube mir, Lady Nada, Dich nun zu Deiner Inneren Familie zu begleiten. Große Heilung erwartet Dich, wenn Du Deinen Inneren Anteilen von Auge zu Auge begegnest, ihre Bedürfnisse wahrnimmst und ihnen das gibst, was sie in diesem Moment benötigen.

Ich lade Dich ein 5 tiefe Atemzüge zu nehmen und gemeinsam mit mir im Hier und Jetzt anzukommen.

.....

Lasse die Schwere des Alltags und der Dualität hinter Dir.

.....

Mit jedem Atemzug kommst Du immer tiefer und tiefer in Dir an. Mit jedem Atemzug tauchst Du tiefer und tiefer ein in das Zentrum Deiner Mitte .

.....

Es gibt einen Ort in Deiner Seele - einen Kraftplatz, an den Du Dich jetzt mit einem tiefen Atemzug wieder findest.

.....

Du fühlst die Geborgenheit, die Wärme, begegnest der wunderschönen Natur an diesem Ort. Es ist ein friedvoller Ort, ein heiliger Ort, der Ort des Friedens in Deiner Seele.

.....

Hier kannst Du auftanken und ganz zu Dir kommen, Dich von Deinem Alltag erholen und die Sonnenstrahlen in Dich aufnehmen. Hier fühlst Du Dich Daheim, getragen und geliebt. Sieh Dich um und setze Dich und tanke Dich hier mit neuer Kraft und Zuversicht auf an diesem Ort der Wirklichkeit in Dir.

.....Nehme Dir einige Momente Zeit
und schließe Deine Augen

Gehe nun gemeinsam mit mir an jenen Ort, wo Deine Innere Familie wohnt.

.....

Von diesem Platz geht ein goldener Weg weg, schreite ihn entlang und Du findest an dessen Ende ein Haus an einer Lichtung. Das Haus Deiner Inneren Familie. Betrachte es und trete gemeinsam mit mir ein in dieses Haus.

.....

Es gibt eine Tür in diesem Haus, die Dich hinaus in den Garten führt. Den Garten Deiner Inneren Familie. Dort ist ein Tisch mit 4 Stühlen. Setze Dich und rufe nun Deine Innere Familie herbei. Dein Innerer Mann, Deine Innere Frau, sowie Dein Inneres Kind setzen sich auf diese Stühle.

.....

Blicke Deinem Inneren Kind in die Augen und Du hast eine goldene Schatztruhe bei Dir. Aus dieser Schatztruhe kannst Du alle Energien herausholen, die Dein Inneres Kind im Moment benötigt. Blicke Deinem Inneren Kind in die Augen und hole aus dieser Truhe nun jene Energien, die jetzt genau zu diesem Zeitpunkt für es richtig und gut sind.

.....

Zusätzlich sende ich nun Deinem Inneren Kind unterstützende, erlösende und tröstende Energien, sowie die Energie der Geborgenheit, Achtsamkeit und Liebe. Doch ist es ganz wichtig, dass Du selbst Deinem Inneren Kind die essentielle Aufmerksamkeit und Liebe gibst, die es in diesem Moment von Dir selbst benötigt, denn es ist Dein Innerer Anteil

und dieser möchte Dir jetzt etwas mitteilen. Frage Dein Inneres Kind, was es sich wünscht, damit es in Deinem Leben mehr zum Ausdruck kommen kann.

.-.-.-.-.-. Schließe Deine Augen und empfang die Antwort Deines Inneren Kindes. Dies kann ein Wort, ein Gefühl, ein Bild, ein Impuls oder ein Inneres Wissen sein. Energien werden übertragen .-.-.-.-.-.

Bedanke Dich bei Deinem Inneren Kind für seine Antwort und verspreche ihm, wenn es Dir möglich ist und wenn Du es wirklich vorhast (!), dass Du dies tun wirst. Wenn es Dir möglich ist umarme Dein Inneres Kind und schenke ihm Deine Liebe.

.-.-.-.-.-.

Wende Dich nun Deiner Inneren Frau zu. Blicke ihr in die Augen. Wie geht es ihr? Was wünscht sie sich? Auch ihr kannst Du aus Deiner Schatztruhe jene Energien geben, die sie genau in diesem Moment benötigt.

.-.-.-.-.-.

Unterstützend sende ich Deiner Inneren Frau Energien der Schönheit, der Sanftheit, der Hingabe, der Zärtlichkeit und Gnade, doch ist es von ganz besonderer Wichtigkeit, dass auch Du selbst Deiner Inneren Frau die Aufmerksamkeit und die Liebe schenkst, die sie in diesem Moment benötigt. Frage sie, wie sie noch mehr in Deinem Leben zum Ausdruck kommen kann?

.-.-.-.-.-. Empfange ihre Antwort .-.-.-.-.-.

Bedanke Dich bei Deiner Inneren Frau und wenn es Dir möglich ist und Du es auch wirklich so meinst, verspreche ihr jenes, was sie sich wünscht in Deinem Leben konkret umzusetzen.

Wende Dich nun Deinem Inneren Mann zu. Auch er hat viel zu tragen, trägt Deine Verantwortung, Deine Struktur, Deine Arbeit. Blicke ihm in die Augen. Wie geht es ihm? Und was wünscht er sich?

.-.-.-.-.-.

Auch ihm kannst Du aus Deiner Schatztruhe jene Energien überreichen, die jetzt genau richtig und gut für ihn sind, damit es ihm gut geht.

.-.-.-.-.-.

Zusätzlich übertrage ich ihm in dem Maße wie es richtig und gut ist Energien der

Gelassenheit, der Struktur, der Freude und des Loslassens von Druck.

.....

Atme tief und gleichmäßig ein und aus und betrachte Deinen Inneren Mann. Wie kann dieser noch mehr in Deinem Leben zum Ausdruck kommen, was benötigt er in Deinem Leben, damit es ihm richtig gut geht?

..... *Empfange die Antwort*

Setze jene Tipps, die er Dir gegeben hat in Deinem Leben um und verspreche es ihm, wenn es Dir möglich ist, denn so erzeugst Du eine noch größere Kraft, Absicht und Ausrichtung in Dir zum höchsten Wohle Deiner Selbst.

.....

Ich, Lady Nada, werde nun abschließend die Energien der Gnade, der Erlösung und Geborgenheit an Dich und Deine Innere Familie übertragen und lasse Euch in den Segen der Wirklichkeit baden. Umarmt Euch, seht Euch, liebt Euch in diesem Moment der Wirklichkeit und lasse alte Wunden in Dir heilen, Geborgenheit wo zuvor Alleinsein war entstehen, ein Gehalten- und Getragensein, denn Du bist gehalten und getragen, begleitet und niemals allein.

..... *Energien werden übertragen*

Wir verankern nun die Energie des Getragenseins, der Gnade und des Segens in Deiner Inneren Familie.

..... *Energien werden übertragen*

Möge Ausgeglichenheit und Harmonie stets in diesen Anteilen in Dir herrschen. Es ist wichtig, dass Du Deine Innere Familie von Zeit zu Zeit besuchst, ihre Bedürfnisse wahrnimmst und diese konkret umsetzt, denn hiermit verändert sich Dein Leben zu Deinem höchsten Wohle.

Mit diesen Worten sage ich Dir für Deine Aufmerksamkeit, Deine Hingabe und Liebe Danke.



Namastè