

## Meditation: Bedingungslose Liebe - Chakra 4 (Herz-Chakra)

Suzanne Lie (25.1.2016)

Ich konzentriere mich auf mein Herz-Chakra und erinnere mich an ALL die *bedingungslose Liebe*, mit der ich mich bisher beschenkt habe. Noch einmal **erde** ich diese *bedingungslose Liebe* in meinem ersten Chakra. Ich liebe mein **Inneres Kind** in meinem zweiten Chakra *bedingungslos*. Ich nehme die **innere Kraft** an, die meine *bedingungslose Liebe* in meinem dritten Chakra freigesetzt hat.

Und ich fühle, wie dieses gemeinsame Energiefeld anfängt, sich in mein Herz-Chakra hinein zu bewegen.

Indem ich zulasse, dass diese gehäufte *bedingungslosen Liebe* zu mir selbst in mein Herz kommt, fühle ich in mir ein interdimensionales Portal, das ALLE meine geliebten Verkörperungen, ALLE meine weniger glücklichen Verkörperungen und ALLE meine Verkörperungen dazwischen umfasst, die ich jemals auf dem Planeten Erde hatte.

Ich beobachte, wie sich ALLE diese Energiefelder in meinem Herz-Chakra zusammenfinden.

Kann ich ALLE diese Erfahrungen *bedingungslos lieben*? Und k a n n ich sie so kraftvoll lieben?

Ich atme langsam das Konzept ein, dass ich diese Ausdrücke *bedingungsloser Liebe* so in meinem Herzen zusammentrage, wie ich wertgeschätzte Gegenstände in einem Körbchen sammeln würde.

Deshalb kehre ich zu meinem ersten Chakra zurück, um eine meiner ersten Erinnerungen aus dieser Inkarnation wiederzufinden.

Ich fühle diese Erinnerung. Ich w e i ß, das **bin ich**, jenes ICH, das zuerst in diesem physischen Erdengefäß erwachte.

Ich greife nach unten und umfasse dieses ICH, ich liebe dieses ICH, ich schicke diesem ICH meine *bedingungslose Liebe*, und ich befördere dieses ICH in mein wohl gehütetes Körbchen mit den Dingen, die ich liebe, das in meinem Herz-Chakra ist.

Noch einmal kehre ich zu meinem zweiten Chakra und zu meiner Kindheit und meinen Myriaden Emotionen zurück, die in meiner Kindheit auftauchten.

Ich sehe mein Kind. Ich liebe mein Kind *bedingungslos*, und dieses Angebot weite ich aus, indem ich dieses ICH umfasse und dieses ICH in mein Herz hineinnehme, in das Gewahrsein hinein, wer ICH BIN innerhalb dieses JETZT innerhalb dieser Inkarnation.

Ich bleibe so lange bei diesem ICH, bis ich mich sicher fühle, bis ich weiß, dass ICH BIN wer ICH BIN.

Ich kehre zu meinem dritten Chakra zurück, und ich sehe jene allerersten Ausdrücke meiner eigenen inneren Kraft.

Ich beobachte sie wie ein liebevoller Vater/eine liebevolle Mutter, die stolz auf ihr Kind sind, und ich bin stolz auf mein Kind, das Kind, das ich in mir selbst bin.

Ich bin stolz darauf, wie reif ich geworden bin und wie ich all die Abenteuer jenes dritten Chakras durchgestanden habe.

Ich bin stolz auf alle Gedanken, die ich habe, und alle Gedanken, die zu mir kommen, und wie ich die Gedanken nehme und sie mit den Emotionen des zweiten Chakras vermenge und sie in dieses Paket einer Gedankenform von meinen Gedanken und meinen Emotionen zusammenfüge, seit ich zuerst diese Verkörperung annahm bis zu meinem Heranreifen in diese Verkörperung.

Ich nehme diese Informationen und lege sie in das heilige Körbchen meines Herzens, damit ich mich an alles, was ich in diesem Leben erfahren habe, erinnere.

ALLES, was ich in diesem Leben erfahren habe, **liebe** ich *bedingungslos*.

Ich **akzeptiere** ALLES, was ich gewesen bin.

Ich **verstehe**, warum ich jene Erfahrungen in meinem Leben wählte, durch die Wahrnehmung meines Herzens und

durch die Sammlung jener angeborenen Weisheit meiner Kindheit  
und jener vielversprechenden Kraft, die in mir gewachsen ist,  
meiner "Macht im Inneren",  
sowie durch meine Fähigkeit, über das nachzudenken, was ich fühle,  
und zu fühlen, wie meine Gedanken und mein Bewusstsein, mein Körper, meine innere  
Wirklichkeit und meine äußere Wirklichkeit sich gegenseitig beeinflussen.

Dieser Mischung meiner Emotionen und meiner Gedanken,  
sowie der Gedankenformen, die meine Gedanken und meine Emotionen  
zum Schöpfen zusammenmischen,  
füge ich meine *bedingungslose Liebe* hinzu,  
und mit jener *bedingungslosen Liebe* bringe ich diese Gedankenformen in mein Herz hinein,  
wo sie innerhalb meines Bewusstseins keimen können  
und mit jedem Atemzug von mir nach außen gehen.

Denn mein Herz-Chakra reguliert auch meine Lungen und meinen Atem.  
Deshalb atme ich ALLES, was ich in dieser Inkarnation erfahren habe, ein,  
schicke ihm *bedingungslose Liebe* und atme es in die Wirklichkeit hinein aus,  
die ich für mich/mein Selbst und für meinen geliebten Planeten Gaia erschaffe.

~~~~~

Nachdem ihr die Meditation 6 Tage wiederholt habt, könnt ihr am 7. Tag sagen: „**Ich wähle heute, meine bedingungslose Liebe mit dem Kern von Gaia zu teilen und mein höchstes Selbst zu öffnen, indem ich MEIN Portal bedingungsloser Liebe erweitere.**“

DIE BEDINGUNGSLOSE LIEBE, DIE IHR EUCH SELBST GEWÄHRT, KANN AN  
JEDE/JEDEN UND AN ALLES LEBEN WEITERGEGEBEN WERDEN.  
(Suzanne Lie)

Weitergabe gern, ungekürzt und unverändert mit folgenden Angaben:

Quelle: Suzanne Lie [www.Multidimensions.com](http://www.Multidimensions.com) und <http://suzanneliephd.blogspot.de/>  
<https://www.dropbox.com/s/t8lshxbg6ydg986/Chakra4Meditation.mp3?dl=0>

Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)