



Meditationen
von Suzanne Lie und den Arkturianern
zum Jahr 2016
dem Jahr der Bedingungslosen SELBST-Liebe

Inhalt	Seite
1.1.2016 Macht mit bedingungsloser Liebe den Aufstieg für euch normal	3
4.1.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 1 / Wurzel-Chakra Meditation	7 11
11.1.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 2 / Sakral-Chakra Meditation	13 18
18.1.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 3 / Solarplexus-Chakra Meditation	20 27
25.1.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 4 / Herz-Chakra Meditation	29 32
1.2.2016 Integration bedingungsloser Liebe Meditation: Der Regen des Höheren Lichts Meditation: Unsere Licht-Flügel	34 37 39
8.2.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 5 / Kehlkopf-Chakra Meditation: Zusammenfassung bis JETZT (Chakren 1-4) Verfügung des fünften Chakras	44 48 51
15.2.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 6 / Das Dritte Auge Meditation	53 57
23.2.2016 Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 7 / Kronen-Chakra Meditation	61
27.2.2016 Großes Abschluss-Webinar zur bedingungslosen LIEBE Transkription	72
Anhang: Chakren / Farben	81
Chakren / Schichten	82
Chakren / Ausrichtung	83

© Awakening with Suzanne Lie
www.Multidimensions.com
 Abbildungen/Fotos: Suzanne Lie
 Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Macht mit bedingungsloser Liebe den Aufstieg für euch normal Botschaft von den Arkturianern (1.1.2016)

***Wir wünschen euch ein Glückliches Neues Jahr 2016,
das **Jahr der bedingungslosen Liebe.**
2016 ist auch das Jahr, um **DEN AUFSTIEG NORMAL ZU MACHEN.*****

Liebe Angehörige der aufsteigenden Erde,
mit dem Ende des Jahres 2015 möchten wir, die Arkturianer, euch wissen lassen,
dass ihr euch nun ernsthaft auf die Erfüllung eurer Erdenmission vorbereitet. Euch ist
bewusst, dass es bei dieser Mission vor allem darauf ankommt, Gaia bei ihrer
Transmutation behilflich zu sein.

Um jene Mission am besten zu erfüllen, seid ihr JETZT in dem Prozess, dass **eure
Chakren sich neu kalibrieren, so dass sie dabei dienen, die fünf- und
sechsdimensionalen Energiefelder mit der drei- und vierdimensionalen
Frequenz eures physischen Körpers zu vereinen.**

Geliebte, wir bitten euch, eure Verhaftungen mit dem Ego eures dreidimensionalen
Gefäßes aufzugeben, so dass ihr euch voll erinnern könnt, WER ihr wahrhaft seid
und WARUM ihr ein Erdengefäß in diesem entscheidenden JETZT der
Transmutation allen planetaren Lebens angenommen habt.

Wie gebt ihr die Verhaftung mit eurem Ego auf, das euch während eurer gesamten
Inkarnation als Schutz gedient hat? Es gibt nur ein einziges Mittel, das stark genug
ist, die Sicherheit eures beschützenden Egos auszuhebeln und euer bewusstes
Gewahrsein für das höhere Licht zu öffnen, das JETZT in eure Wirklichkeit, euren
Planeten und euren physischen Körper strömt.

Dieses Mittel ist die bedingungslose Liebe zu euch (eurem) Selbst. Euer Ego hat
euch gelehrt, dass es „überheblich“ sei, euch selbst zu lieben. Euer Ego hat euch
gelehrt, vor Enttäuschung und Scham, dass ihr nicht „besser“ wart, den Kopf hängen
zu lassen.

Andererseits hat euer wahres multidimensionales SELBST euch ins Herz geflüstert,
dass *IHR hier seid, um in die Neue Erde zu geleiten.* Wie könnt IHR, als ganz
normale Menschen, befähigt sein, zur der Errichtung der Neuen Erde beizutragen?

Wir möchten diese Frage gern beantworten. **IHR werdet die Geburt der Neuen
Erde unterstützen, indem ihr euer dreidimensionales Selbst mit eurem
multidimensionalen SELBST verbindet.** Dann seid IHR nicht länger euer Ego.

Dann seid ihr ein multidimensionales Wesen, das freiwillig bereit war, sein
ungeheures Bewusstsein in ein kleines Tongefäß abzusenken.

Warum solltet ihr so etwas tun? Warum würdet ihr die fünfte und noch höhere
Wirklichkeit verlassen, um ein kleines Gefäß zu tragen, das aus den Elementen des
Planeten Erde hergestellt wurde? Warum würdet ihr ein Gefäß bewohnen wollen,
das nur die niedrigsten Frequenzen eures wahren, herrlichen Bewusstseins
aufnehmen konnte?

Ihr habt euch freiwillig zu dieser äußerst schwierigen und gefährlichen „Auswärts-
Mission“ gemeldet, um dem Planeten Erde beizustehen. Viele unserer Freiwilligen
haben *viele* Inkarnationen auf Gaia, einige haben nur einige *wenige* Inkarnationen
auf der Erde, und einige von euch haben sich noch *niemals zuvor* auf der Erde
inkarniert.

Wir wählten unsere „Landungs-Partie“, wie ihr genannt werdet, so, dass *alle drei*
jener Lebensperspektiven auf der dreidimensionalen Erde vertreten sind. Diejenigen

unter euch, die viele Inkarnationen auf der dreidimensionalen Erde gehabt haben, haben viele Lektionen, Fehlschläge, Siege und vielfältige Erfahrungen gemacht. Was ihr auf der Erde gelernt habt, wird euch bei der Erfüllung eurer Mission sehr zustatten kommen.

Es gibt jedoch auch viele Strapazen, die freigeliebt und in eure wahren fünfdimensionalen und darüber hinausgehenden SELBST-Ausdrücke transmutiert werden müssen. Ihr lieben Tapferen habt euch bereit erklärt, die Verletzungen eines aufgewühlten Planeten auf euch zu nehmen.

Mit eurem offenen Herzen und eurem mutigen Verstand wart ihr freiwillig bereit, den Schaden zu übernehmen, der dem Planeten Gaia angetan worden war, damit ihr dann, wenn ihr euch (euer) Selbst heilt, auch den Planeten heilt. Ja, unser tapferes Auswärts-Team, ihr habt euch freiwillig bereit erklärt, für Gaia „den Stoß abzufangen“, damit ihr zutiefst die niedrigfrequenten Energiemuster verstehen konntet, die viel von Gaias Körper eingenommen hatten.

Sobald ihr dann die Wunden Gaias übernehmt und euch selbst heiltet, würdet ihr gleichzeitig den Planeten heilen. Was aber ist der heilende Balsam, der alles von der einzelnen Zelle bis zu einem Planeten heilen kann? Es ist **bedingungslose Liebe**.

Geliebte Freiwillige auf der Erde, wir möchten euch sagen, dass euer physisches Jahr 2016 das JETZT ist, in dem die bedingungslose Liebe, die ihr so freizügig mit Gaias planetarer Liebe geteilt habt, auch in euren eigenen physischen Körper gelenkt wird.

Ihr werdet angeleitet, euch vollkommen selbst bedingungslos zu lieben, weil ihr euch in die nächste Oktav eures Dienstes begeben. Deshalb wird es für euch nötig sein, euer Erdengefäß für eure höhere Oktav eures Dienstes zu regenerieren und zu heilen.

Aus diesem Grund bringen wir:



7 Minuten * 7 Chakren * 7 Wochen
Jeden Montag erhaltet ihr für sieben Wochen
einen kostenlosen Download für eine 7-minütige Meditation.
Nehmt euch *täglich* 7 Minuten Zeit zum Hören (Lesen) dieser Meditation.
Diese kurzen Meditationen richten euch jede Woche auf Geist, Körper und
spirituelle Elemente eines Chakras und leiten euch an, euch
bedingungslos selbst zu lieben.

Ihr Lieben, weil das Einheitsbewusstsein so unbedingt wichtig für den persönlichen und den planetaren Aufstieg ist, senden wir *dieselbe* Meditation vielen verschiedenen

Personen in Myriaden verschiedenen Orten auf der Erde. Weil die Menschen und der Planet dieselben Elemente von Erde, Luft, Feuer und Wasser teilen, wird diese 7-minütige Meditation über die bedingungslose Liebe zu euch (eurem) SELBST automatisch mit Gaia geteilt.

Wir bitten euch, diese 7-minütige Wochenmeditation, die sich darauf konzentriert, **euch (euer) SELBST bedingungslos zu lieben**, täglich zu wiederholen!

Dieser Prozess dauert 7 Wochen, und ihr werdet jeden Montag einen neuen, kostenlosen Meditations-Download erhalten auf:

<http://suzanneliephd.blogspot.com>

Die Meditation jeder Woche wird sich darauf zentrieren, euch (euer) Selbst *bedingungslos* zu lieben, wobei jedes Chakra gezielt einen bestimmten Bereich anspricht von:

- > **Körper** / Gesundheit
- > **Geist** / Bewusstsein, Ausdehnung
- > **Spirit** / multidimensionales SELBST

Wir empfehlen dringend, diese Meditation jeden Tag der Woche zu wiederholen. Es sind nur 7 Minuten bedingungslose Liebe FÜR euer EIGENES Selbst – angefangen beim ersten Chakra und dann den Körper hinauf bis zum siebten Chakra.

Wenn ihr euch nur **7 Minuten täglich** nehmt, um euch an die bedingungslose Liebe für euch (euer) Selbst zu erinnern, sie zu erden und zu erweitern, dann könnt ihr euer Leben verändern. Darüber hinaus werdet ihr, wenn ihr euch selbst bedingungslos liebt und heilt, auch Gaia bedingungslos lieben und heilen, denn jeder Gedanke und jede Emotion von euch fließt in den Körper von Gaia und durch euren gesamten Planeten.

Versteht ihr JETZT, wieviel Macht ihr habt?

Wenn ihr euch mit Gleichgesinnten zusammentut, von denen ihr viele weder kennt noch ihnen jemals physisch begegnet werdet, bildet ihr ein planetares Netz aus

Einheitsbewusstsein und bedingungsloser Liebe zu euch und eurem SELBST.

Bedingungslose Liebe fängt bei euch *selbst* an, denn wie könnt ihr etwas teilen, was ihr selbst nicht habt?

- > Wie können wir etwas geben, was wir gar nicht besitzen?
- > Wie oft habt ihr „bedingungslose Liebe“ empfangen?

Deshalb konzentrieren wir uns zuerst darauf, *uns selbst bedingungslos zu lieben* – Chakra für Chakra – was automatisch mit Gaia geteilt wird. Beginnend mit dem ersten Chakra fokussieren wir uns dann jeweils für eine Woche auf ein Chakra (einen bestimmten Bereich von eurem Körper, Geist und Spirit) und gehen dann in der folgenden Woche weiter zum nächsten Chakra.

Denkt daran, dass wir nichts geben können, was wir nicht haben. Um bedingungslose Liebe mit andern teilen zu können, müssen wir sie zuerst für unser *eigenes* Selbst entwickelt haben.

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.***

Allerdings könnt ihr nichts geben, was ihr nicht habt.

Wir bitten, dass ihr euch alle vereint, um 2016 zum JAHR DER LIEBE zu machen.
Bleibt dabei, wenn wir GEMEINSAM durch den Prozess gehen,
uns selbst – Chakra für Chakra – bedingungslos zu lieben.

Dieser Prozess ist für alle Teilnehmenden KOSTENLOS.

Die Meditationen werden von diesem Blog heruntergeladen, und all eure
wunderbaren Kommentare über euren Prozess werden ebenfalls über diesen Blog
ausgetauscht.

***BITTE SCHLIESST EUCH UNS AN, WENN WIR UNS
BEDINGUNGSLOS NACH HAUSE LIEBEN***

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/make-ascension-normal-with.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

~~~~~

## Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 1

Suzanne Lie und die Arkturianer  
(4.1.2016)

### Erstes Chakra (Wurzel-Chakra)



### INFORMATIONEN ÜBER DAS ERSTE CHAKRA

**Position:** Der Sitz des ersten Chakras ist an der *Basis der Wirbelsäule*.

**Blütenblätter:** Dieses Chakra lenkt die niedrigste Schwingung unseres Körpers und weist die langsamste Wellenlänge auf. Es hat vier Speichen oder Blätter. Vier ist die Zahl des Quadrates und der festen Grundlagen. Das Quadrat steht in Beziehung zu einem ehrenhaften Verhalten – im Englischen gibt es den Ausdruck: „giving a square deal“, d.h., sich anständig/fair zu verhalten. Es steht weiterhin in Verbindung mit den vier Energien der Erde – Erde, Luft, Feuer und Wasser – und mit den vier Himmelsrichtungen. Vier Mauern, vier Beine oder vier Räder stellen eine feste Grundlage dar.

**Note & Mantra:** Die Note für dieses Chakra ist das „C“, und das Mantra ist „*Iem*“. Durch das Singen dieser Mantren in der Tonlage von C, während wir unsere Aufmerksamkeit auf diesen Bereich unseres Körpers richten, können wir einen bewussteren Zugang zu diesem ersten Chakra bekommen.

**Farbe:** Die Farbe dieses Chakras ist rot, das ist die niedrigste Frequenz auf dem für Menschen sichtbaren Lichtspektrum. Rot ist die Farbe der Wut und/oder der Vitalität.

**Regelungen:** Das erste Chakra beherrscht unsere **PHYSISCHEN** Energien. Auch als *Wurzelchakra* bekannt, steuert es unsere Tatkraft, unsere Vererbung, unser Überleben, unsere Sicherheit, unsere Leidenschaft, unser Geld, unsere Arbeit und unser Zuhause. Dieses Chakra unterstützt uns bei unserem täglichen Überleben.

**Sinnesorgan:** Mit diesem Chakra ist der *Geruchssinn* verbunden. Unser Geruchssinn ist unser primitivster Sinn, und es ist der erste Sinn, der bei unserer physischen Geburt erwacht. Die Geruchsrezeptoren sind an der Basis unseres Gehirns lokalisiert und speisen sich direkt in unser limbisches System ein, das der Bereich des Erinnerens und der Emotion ist. Deshalb können Aromastoffe sofort auf emotionale Erinnerungen zugreifen, die in unserem Unbewussten gespeichert sind.

**Astrologisches Zeichen:** Der *Stier* ist das astrologische Zeichen, das mit dem Wurzelchakra verbunden ist. Das Symbol des Stiers ist der Bulle. Wie unser Wurzelchakra ist der Bulle ein Symbol männlicher Kraft und Fruchtbarkeit. Der Bulle gräbt sich mit seinen vorderen Hufen in die Erde und senkt seine Nüstern zum Boden, um jeden zu warnen, der seine „Herde“ bedroht. Es gibt viele Kühe in der Herde, doch nur der stärkste Bulle wird in der Lage sein, die genetische Unversehrtheit der Gruppe zu bewahren. Das erste Chakra ist quasi die Basis sowohl unserer männlichen als auch unserer weiblichen Energie. Es repräsentiert unseren männlichen Willen und die männlichen Geschlechtsorgane und gleichzeitig die weibliche Energie der Göttin Kundalini. Durch das Klären und Öffnen dieses

Chakras kann deshalb ein Mann lernen, seine weibliche Kraft zu integrieren, und eine Frau kann lernen, ihre männliche Kraft zu integrieren.

**Element:** Mit dem ersten Chakra ist das Element *Erde* verknüpft, und an der Spitze jener Hierarchie steht das Mineralreich. Seit Äonen werden Kristalle von den Menschen wertgeschätzt und auch zum esoterischen Heilen benutzt. Da es über unser Selbst der ersten Dimension herrscht, das nicht über sich selbst reflektieren kann, erfolgen die Wahrnehmungen unseres Wurzelchakras meistens unbewusst. Unser eindimensionaler Anteil kann sich nur eines „Bienenstock- oder Gattungsbewusstseins“ gewahr sein.

Auch wenn das erste Chakra viele männliche Qualitäten hat, ist es auch der „Sitz der Göttin Kundalini“ und wird deshalb oft mit unserer Beziehung zu unseren Müttern und mit Mutter Erde in Verbindung gebracht. Unsere Beziehung zu unserer Mutter bestimmte, wie wir mit unserem Zuhause, mit Sicherheit und mit Geld umgehen. Wenn wir von unseren Wurzeln abgeschnitten sind, dann fühlen wir uns auch von der Erde abgeschnitten.

**Bewusstsein:** Das erste Chakra lenkt unser *Überlebensbewusstsein* und repräsentiert unser tiefstes *unbewusstes* und primitivstes Selbst. Dieses Chakra repräsentiert den Reptilienteil unseres Gehirns, d.h. unseren Gehirnstamm und unser lebenserhaltendes Zentrum. Der Gehirnstamm und der Bereich unmittelbar darüber heißen Reptiliengehirn, weil alle Geschöpfe vom Reptil bis zu den Menschen diesen Teil aufweisen. Für Reptilien stellt dieser Bereich ihr gesamtes Gehirn da, doch für die Menschen ist es die Basis oder der Stamm ihres Gehirns. Tatsächlich wird ein Teil dieses Bereichs Stammhirn genannt.

**Persönliche Zeitlinie:** Das erste Chakra repräsentiert die *ersten zwei Jahre ab der Geburt*. Dieses ist die Zeit, bevor wir unseren Prozess der Individuation vollendet haben und in dem wir uns noch als Teil unserer Eltern wahrnehmen. Dieses Chakra repräsentiert unseren Kampf, uns mit unserem physischen Leben und unserem physischen Körper abzufinden. Für unsere multidimensionalen Spirits sind die Begrenzungen und die Trennung unserer neuen 3D-Wirklichkeit neu, und wir strampeln uns ab, um unser physisches Erdengefäß unter Kontrolle zu bekommen. Zum Glück reisen wir in diesem Alter ganz natürlich in die höheren Dimensionen und können jederzeit nach Hause zurückkehren, wenn wir verzweifelt sind und Trost und Verständnis brauchen.

**Soziale Zeitlinie:** Anthropologisch steht das erste Chakra für die Zeit, als die Menschen *Höhlenbewohner* waren. Zu jener Zeit unserer „Zivilisation“ lebten wir von einem Tag auf den anderen. Zur Unterstützung unseres Überlebenskampfes verehrten wir Tiere und andere Aspekte unserer physischen Umgebung.

**Endokrine Drüsen:** Jedes Chakra speist Prana in eine bestimmte endokrine Drüse ein. So wie es sieben Chakren gibt, so gibt es auch sieben endokrine Drüsen. Sowohl die Chakren als auch die Drüsen sind entlang der Wirbelsäule angeordnet. Die endokrinen Drüsen produzieren Hormone und speisen sie in den Blutstrom ein. Diese Drüsen werden „ganglos“ genannt, weil es keinen Gang zu irgendeinem bestimmten Teil des Körpers gibt. Stattdessen werden die Hormone in den Blutstrom entlassen, der sie mit dem Blut zu jedem Organ und jeder Zelle bringt, damit sie ihren Einfluss auf alle Funktionen des physischen Körpers ausüben.

Jede Drüse ist intern mit den anderen Drüsen verbunden und arbeitet auch eng mit dem Nerven- und Kreislaufsystem zusammen. Damit die Organe des Körpers effizient arbeiten, muss das Blut bestimmte chemische Inhaltsstoffe enthalten. Viele dieser chemischen Stoffe werden von den endokrinen Drüsen abgesondert, und diese Absonderung ist für die Gesundheit des gesamten Systems lebenswichtig. Unser Körper kann krank werden, wenn er zu wenig oder zu viele Hormone hat.



Die endokrine Drüse des ersten Chakras sind die *Adrenalindrüsen*. Es gibt quasi zwei Adrenalindrüsen, von denen jeweils eine zuoberst einer jeden Niere platziert ist. Die Adrenalindrüsen sind der Schlachtruf des Körpers. Sobald Adrenalin in das System entlassen wird, werden unsere Wahrnehmungen klarer, haben wir mehr Lebenskraft und fühlen uns mutiger.

Das Freisetzen von Adrenalin aktiviert unseren Kampf-/Flucht-Mechanismus, der uns „zum Kampf oder zur Flucht“ vorbereitet. Das Freisetzen von Adrenalin und die Aktivierung von Kampf oder Flucht werden durch eine wahre oder eine eingebildete Gefahr ausgelöst. Deshalb können unsere Emotionen ein Freisetzen von Adrenalin aktivieren, wenn wir eine extreme Angst verspüren, aber auch eine chronische Besorgnis. Das erste Chakra ist das „Überlebens-Chakra“, und der Kampf-/Flucht-Mechanismus ist lebenswichtig für das Überleben jeder Gattung.

**Nervengeflecht:** Das erste Chakra hat seinen Sitz in der Nähe des *Sakralplexus*. Der Sakralplexus (das Kreuzgeflecht) ist das Nervenzentrum, das das Skelett, die Beine, die Füße, das Ausscheidungssystem, die männlichen Fortpflanzungsorgane und die Prostata reguliert. Probleme mit einem Bein oder Fuß auf der rechten, männlichen Seite des Körpers können ein Hinweis auf ein Thema bezüglich des Vertrauens in die eigene Durchsetzungskraft sein. Probleme mit dem Bein oder Fuß auf der linken, weiblichen Seite können ein Hinweis auf ein fehlendes Vertrauen in die eigene Emotionalität sein.

**Geklärt:** Wenn das erste Chakra geklärt ist, fühlen wir uns *sicher, geerdet und stabil*. Wir verfügen über einen guten „gesunden Menschenverstand“, um unsere Finanzen wie auch unser alltäglichen Verantwortlichkeiten im Gleichgewicht zu halten und ebenso noch neue Aktivitäten und Interessen auf den Weg zu bringen. Unser Verdauungssystem arbeitet gut, die Nerventätigkeit in unseren Beinen und Füßen ist gesund, und unsere Fähigkeit, sexuelle Begegnungen anzubahnen, ist angenehm und natürlich. Unser Wurzelchakra ist das Zuhause der Schlafenden Schlange, unserer Kundalini. Wenn dieses Chakra geklärt und ausbalanciert ist, kann die Göttin Kundalini erwachen und ihren schrittweisen Aufstieg zu ihrer Vereinigung mit Lord Shiva beginnen.

**Ungeklärt:** Wenn das erste Chakra ungeklärt ist, fühlen wir uns *unsicher und ängstlich*. Wir können auch zerstreut sein, weil wir nicht geerdet sind. Ebenfalls ist es möglich, dass wir schwierige Zeiten mit unseren Finanzen und unseren täglichen Notwendigkeiten haben. Jegliche Sicherheit, die wir aus materiellen Dingen ableiten, kann bedroht werden. Auch unser Zuhause, das die Basis für unser Wirken im physischen Leben ist, kann uns Probleme machen. Es kann sein, dass wir zügellos oder egozentrisch werden oder unter Depression und Kummer leiden.

Möglicherweise haben wir Hämorrhoiden, Verstopfung, Ischias oder Prostata-Probleme.

Alle oben genannten emotionalen, Verhaltens- oder physischen gesundheitlichen Probleme hängen mit der Fähigkeit zusammen, loszulassen. Wir können unsere Traurigkeit nicht loslassen, materielle Quellen unseres Wohlbefindens nicht loslassen, obwohl die finanziellen Umstände es erfordern bzw. noch nicht einmal die Abfallprodukte unseres Körpers loslassen. Wenn wir das nicht freigeben können, was uns zurückhält, können wir nicht vorwärts gehen. Schwierigkeiten mit unserem Ischiasnerv und Probleme mit unseren Beinen und Füßen spiegeln diese Dynamik. Prostataprobleme können aus frustrierten sexuellen oder schöpferischen Antrieben entstehen.

**Erd-Chakra:** So wie das erste Chakra unseren physischen Körper repräsentiert, so repräsentiert das erste Chakra der Erde ihren physischen Körper. Das planetare erste Chakra hat seinen Sitz am *Berg Sinai im Nahen Osten*. Lady Gaia erlaubt ihrer

Kundalini, sich zu erheben, um ihrem Göttlichen Gefährten zu begegnen. Es ist jetzt ZEIT, dass wir sie rufen hören. Deshalb ist diese Region des Planeten das Zentrum großer Unruhen.



*"ICH BIN so alt wie ein Berg.*

*ICH BIN fest und geduldig, denn ich habe immer wieder überlebt.*

*Ich erde meinen Spirit in die Materie des Planeten.*

*ICH BIN ein Wirbel der Transmutation."*

*Planetares Chakra 1: Berg Sinai, Naher Osten*

**Dimensionen:** Das erste Chakra beherrscht unsere *ein- und zweidimensionalen Selbste*. Unser eindimensionales Selbst repräsentiert die genetische Kodierung, die Zellen und die Mineralien unseres Körpers. Es repräsentiert auch unser äußerst primitives „animalisches Selbst“, das durch die Kampf-/Flucht-Reaktion geprägt ist, die das Überleben der Gattung sichert. Außerdem reguliert das Wurzelchakra die männlichen Sexualdrüsen und das Testosteron, das sie aussondern. Dieses Testosteron treibt die männlichen Wesen in unserer Gesellschaft an sowie die männliche Polarität unserer Psyche, um die Menschheit fortzupflanzen und zu beschützen.

**Zusammenfassung:** Der Körper von Mutter Erde und ihr Bewusstsein, Gaia, sind der dreidimensionale Planet, der unseren physischen Körper trägt. So wie unser physischer Körper über seinen Gesundheits- oder Krankheitszustand bzw. über Wohlbefinden oder Unbehagen kommuniziert, so kommuniziert auch Gaia mit uns mittels der Gesundheit ihres Planeten.

© Awakening with Suzanne Lie

[www.multidimensions.com](http://www.multidimensions.com)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/unconditional-loving-your-self-chakra.html>

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

**Meditation: Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 1 (Wurzel-Chakra)**

Ich **liebe** mich selbst bedingungslos.  
Ich liebe **mich selbst** bedingungslos.  
Ich liebe mich selbst **bedingungslos**.

Ich beginne diesen Prozess, mich selbst bedingungslos zu lieben, mit meinem ersten Chakra, und ich konzentriere mich auf mein Energiefeld an der Basis meiner Wirbelsäule.

Ich fühle, wie meine Kundalini Beifall spendet. Sie ist so glücklich zu wissen, dass ich bereit bin, meine Transmutation in mein wahres Lichtkörper-Selbst hinein zu beginnen. Ich höre auch mein Inneres Kind und all die Erfahrungen, die es hatte.

Nun nehme ich einen langen, tiefen Atemzug. Ich atme bedingungslose Liebe für mich selbst *ein* und atme bedingungslose Liebe zu meinem Kind *aus*, egal welche Traumas, Erfahrungen oder glückliche Zeiten er/sie jetzt nur mühsam in dieses JETZT hervorholen mag.

Indem ich mich selbst *bedingungslos liebe*, sende ich diese Energie von meinem Wurzelchakra die Beine hinunter und zu meinen Füßen hinaus in den Kern von Gaia hinein.

Ich erde die bedingungslose Liebe, die ich für mich selbst habe, im Körper von Gaia. Deshalb bin ich jetzt EINS mit dem Körper von Gaia.

Die Wurzeln meiner physischen Form suchen ihren Weg hinunter in den Kern von Gaia hinein.

Sobald ich den Kern von Gaia fühle, finde ich jenen Kern meines Selbst, jenen Kern, der bei meiner Geburt beginnt. Und ich folge jenem Kern, wie er aus Gaias Kern in meinen physischen Körper hinaufsteigt, und finde das ICH, dieses *Ich*, das ich vielleicht verloren habe.

Ich liebe das *Ich*. Ich liebe das *Ich*, von dem ich weiß, dass ICH das BIN.

Ich **vergebe** mir *bedingungslos*, dass ich jemals den Kontakt mit jenem *Ich*, mit mir, verloren habe.

Ich **akzeptiere** *bedingungslos*, dass ich mir das in meinem Geburtsplan vorgenommen habe, denn ich musste *mich* verlieren, um mein Kern-SELBST der/des EINEN,

welche/r ich durch Myriaden Inkarnationen war, der/des EINEN, welche/r ich in meiner dreidimensionalen Form, meiner vierdimensionalen Form, meiner fünfdimensionalen Form und weiter und weiter bin, tiefer finden zu können.

Ich fühle mich und mein Selbst in diesem Kern-SEIN, und ich **liebe** mich *bedingungslos*.

Es ist wunderbar zu fühlen, wie mein inneres Kern-SELBST seinerseits *mich* bedingungslos liebt.

Was für ein freudiger Augenblick. Wenn ich die bedingungslose Liebe zu mir auf mein SELBST richte, wenn mein SELBST mir dann die bedingungslose Liebe ein wenig verstärkt zurückgibt und ich sie erneut meinem bedingungslos liebenden SELBST ein wenig verstärkt bedingungslos zurückgebe, dann wächst und wächst und wächst sie.

Ich fühle meine Wurzeln. Ich erinnere mich an andere Inkarnationen auf Gaia und/oder auf anderen planetaren Wirklichkeiten, anderen Dimensionen und verschiedenen Sternenschiffen.

Ich bin das Wesen/das SEIN in ALL jenen Wirklichkeiten.  
In allen meinen Wirklichkeiten bin ich ICH.

ICH LIEBE MICH, das *Ich*, das ich in meinem Kern bin.  
Ich bin mir bewusst, dass ich täglich und auf jede Weise dieses *Ich* mit meiner gesamten Wirklichkeit mit jedem Ausatmen teile.

Ich bin EINS mit Gaia. Ich bin EINS mit der Atmosphäre. Ich bin eins mit allem Leben.

Möge ich gesegnet sein. ***Ich liebe mich bedingungslos.***  
Und während ich fühle, wie sich diese bedingungslose Liebe in meinem ganzen Wesen verbreitet, weiß ich, dass ich sie weitergeben muss. Ich mache den Anfang, indem ich meine bedingungslose Liebe mit Gaia teile. Deshalb pflanze ich diese lebendige bedingungslose Liebe in mir in den Kern von Gaia hinein,  
damit sie sich mit all den wundervollen Wesen vermischt, die sich bedingungslos lieben und diese bedingungslose Liebe in den Kern von Gaia hineinschicken. Im Kern von Gaia sind wir EINS, sind wir EIN LICHT bedingungsloser Liebe. Mögen wir und alles Leben gesegnet sein.

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)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/unconditional-loving-your-self-chakra.html>

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

## Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 2

Suzanne Lie und die Arkturianer  
(11.1.2016)

### Zweites Chakra (Sakral-Chakra)



### INFORMATIONEN ÜBER DAS ZWEITE CHAKRA

**Position:** Das zweite Chakra hat seinen Sitz am Nabel. Der Nabel war einst unsere Nabelschnur, die unsere Anbindung an unser erstes physisches Zuhause darstellte, an unsere Mutter, und an das Nährende, das sie uns gab. Das zweite Chakra repräsentiert auch unsere Anbindung an Mutter Erde sowie an alle Pflanzen und Geschöpfe, die auf ihr zu Hause sind.

**Blütenblätter:** Dieses Chakra hat sechs Blütenblätter oder Speichen. In der Numerologie steht die Sechs für Verantwortung und die Fürsorge für die Familie und die Gemeinschaft, sowie dafür, die Balance und Harmonie in Bezug zu unserer Umwelt zu finden.

**Note & Mantra:** Die Note für dieses Mantra ist das D, und das Mantra ist „wohm“. Diese Mantren in der D-Tonlage zu singen, während wir unsere Aufmerksamkeit auf diesen Bereich unseres Körpers richten, kann uns einen bewussteren Zugang zum zweiten Chakra geben.

**Farbe:** Die Farbe dieses Chakras ist Orange. Orange ist die Farbe der Emotion. Im Hindu-Chakrensystem ist die Farbe Orange mit dem Tod des Alten verknüpft. Bei diesem „Tod“ geht es nicht nur um den physischen Tod, sondern auch um den Tod, d.h. die totale Befreiung von schmerzvollen Emotionen, die unterdrückt wurden. Dieser „Tod“ bezieht sich auch auf die Ablösung der Verteidigungsmechanismen, die geschaffen wurden, um jene Emotionen und die Situationen, die sie verursachten, zu überleben.

**Regelungen:** Das zweite Chakra reguliert unseren VITALEN, SINNLICHEN Körper. Dieses Chakra lenkt die Sexualität, die Fortpflanzung, die Emotionen, die Instinkte, die Nahrung sowie grundsätzlich die Kommunikation des Körpers mit dem Bewusstsein, das in ihm lebt. Das zweite Chakra steuert die weibliche Komponente der Sexualität, während das erste Chakra die männliche Komponente der Sexualität steuert. Das zweite / Nabel-Chakra ist eher sinnlich als sexuell. Es sagt uns, wie wir uns im Zusammenhang mit Sex und dem Kinderkriegen fühlen, während das erste Chakra den Sex steuert, der für das Vergnügen, die Macht und/oder die Fortpflanzung ist.

Neben der Fortpflanzung beeinflusst das zweite Chakra auch noch weitere Arten von Kreativität. Schwimmen, Wandern oder Gartenarbeiten greifen zurück auf die Verbindung des zweiten Chakras mit der Natur. Bildhauerische und Schnitzarbeiten verwenden als Material Materialien und Gegenstände aus der Natur, und die Natur

ist auch oft das „Thema“ von Malern und Fotografen. Beim Tanz und in den Kampfkünsten wird der Bereich des Bauchnabels als Basis betrachtet, als das Hara-Zentrum, d.h. als der Körperbereich, der auf die Erde ausgerichtet bleiben muss, damit ein vollkommenes Gleichgewicht gehalten werden kann.

Wie das erste Chakra steuert auch das zweite Chakra das Überleben, jedoch aus Sicht der weiblichen Polarität. Das erste Chakra bestimmt den Überlebenskampf, während das zweite Chakra die Überlebensinstinkte beeinflusst. Das erste Chakra würde uns zum Kampf für oder zum Schutz von etwas drängen, während das zweite Chakra uns dabei hilft, unsere Instinkte einzusetzen, um einen sicheren Ort zum Verstecken, zum Leben und zum Aufziehen unseres Nachwuchses zu finden. Wie das erste Chakra beherrscht das zweite Chakra ebenfalls das Geld, doch auch wieder anders. Das erste Chakra beherrscht das Geld und die Macht, die es beinhaltet, während das zweite Chakra das Geld und die Sicherheit, die es bringt, bestimmt.

**Sinnesorgan:** Zu diesem Chakra gehört der Geschmackssinn. Der Geschmackssinn ist wichtig für die Unterscheidung der essbaren von der nicht-essbaren Nahrung sowie für die Freude beim Essen, die ebenfalls vom zweiten Chakra gesteuert wird. Geschmack ist eine sehr emotionale Erfahrung und die Grundvoraussetzung für das Nährenden und das Wohlbehagen, das mit dem Essen einhergeht. Das Essen, hier vor allem das Saugen, bildet das erste wichtige Band zwischen Mutter und Kind und dient dem Wohlbefinden wie auch der Ernährung.

Das Zubereiten und Anbieten von Nahrung ist oft ein Akt der Liebe und der Gemeinsamkeit, und „Familienmahlzeiten“ binden die Familie zusammen. Essen und Nahrung sind sehr kulturspezifisch. Noch Generationen, nachdem eine Familie in einer neuen Region zugewandert ist, behält sie ihre Vorlieben für die Nahrung ihrer Kultur bei, was ihr ein Gefühl der Sicherheit und Zugehörigkeit vermittelt.

**Astrologisches Zeichen:** Das Sternzeichen Krebs ist mit dem zweiten Chakra verbunden, weil Krebs über die Emotionen, die Aufnahmebereitschaft und die Fruchtbarkeit herrscht.

**Element:** Wasser ist das mit dem zweiten Chakra verbundene Element. Unser erstes physisches Zuhause in der Fruchtblase bestand aus Wasser. Dieses Chakra spiegelt uns wider, wie uns zumute ist, wenn wir uns im Wasser bzw. in seiner Nähe befinden. Aus psychologischer Sicht ist das Wasser eine Metapher und ein Symbol für Emotionen. Im zweiten Chakra sitzt das Bauchgefühl, d.h. die „Darm-Instinkte“ in Form elementarer Emotionen wie Angst, Zorn, Freude oder auch elementarer zwischenmenschlicher Emotionen, die oft unausgesprochen bleiben.

Das zweite Chakra steuert auch die Nieren, über die wir unser Wasser ausscheiden. Dieses Chakra bestimmt unser zweidimensionales Selbst, das durch das Pflanzenreich und weniger entwickelte Geschöpfe, wie z.B. Fische, vertreten ist. Beide, Pflanzen wie Fische, benötigen Wasser zum Überleben.

**Bewusstsein:** Das zweite Chakra beschreibt unser emotionales Bewusstsein, unsere „tierischen Instinkte“ und unser Stammesbewusstsein. Dieses Chakra repräsentiert den Säugtier-Teil in unserem Gehirn, in dem das limbische System unsere Emotionen und unser Kurzzeitgedächtnis steuert. Das limbische System ist ein wichtiges Zentrum für die Kreativität und das Lernen, denn dort verbinden sich Emotion und Gedächtnis. Wir alle wissen, dass das Lernen leichter fällt, wenn wir emotional beteiligt und nicht gelangweilt sind. Auch ein zutiefst liebevolles Erlebnis prägt sich unserem bewussten Geist normalerweise ein. Ein extrem ängstigendes Erlebnis wird jedoch oft in unseren unbewussten Geist verbannt, weil die Erinnerung daran zu schmerzhaft ist.

Höhere Säugetiere, wie Hunde und Affen, behalten, was ihnen beigebracht wurde,

weil sie eine emotionale Beziehung zu ihrem Lehrer/ihrer Lehrerin haben oder weil sie sich durch die Nahrung, die sie zur Belohnung erhalten, glücklich und genährt fühlen. Auch die Menschen benutzen Emotionen und Nahrung als Verstärkungsmittel und Belohnung.

**Persönliche Zeitlinie:** Das zweite Chakra repräsentiert das Alter von 2-4 Jahren, wenn das Kind über das elementare Überleben hinauswächst und anfängt, seine oder ihre Position in der Familie zu entwickeln. Das ist auch die Zeit, wenn Kinder ihren eigenen Sinn für Individualität hervorbringen, wobei sie immer noch von ihrem „Stamm“ abhängig sind.

In diesem Alter fangen Kinder an, ihre Emotionen mit bestimmten Ereignissen in Verbindung zu bringen, doch sie sind immer noch von ihren Sorgeberechtigten im Hinblick auf Erklärung und Leitung abhängig. Emotionale Ereignisse, die in diesem Alter eintreten, sind für unser erwachsenes Selbst oft unbewusst, doch sie bilden die Grundlage für viele unserer Kern-Glaubenssätze über uns selbst und unsere Fähigkeiten.

**Soziale Zeitlinie:** Anthropologisch repräsentiert das zweite Chakra die Zeit, als die Zivilisation das Höhlenleben hinter sich ließ und fähig wurde, in Stämmen zusammenzuleben. Zu dieser Zeit begannen viele Stämme mit Ackerbau und Viehzucht. Da die Menschen von dem Land/der Erde lebten, verehrten sie die Göttin mit Zeremonien und Opfern.

**Endokrine Drüsen:** Die endokrinen Drüsen des zweiten Chakras sind die Geschlechtsdrüsen, die aus den männlichen und den weiblichen Geschlechtsorganen bestehen. Dies schließt die Eierstöcke, die Hoden und die Prostata drüse mit ein. Die Prostata drüse wird auch von dem ersten Chakra beeinflusst. Die Hormone haben einen starken Einfluss auf die Stimmung, was jede Frau mit einem prämenstruellen Syndrom bestätigen wird. Was nicht so oft bemerkt wird, ist die Interaktion zwischen dem Testosteron und dem Adrenalin. Wenn das Kampf/Flucht-Syndrom in einem Mann aktiviert wird, dann arbeitet das Adrenalin in seinem System mit dem Testosteron zusammen, was eine explosive Kombination erzeugt. Auch Steroide können starke emotionale Reaktionen hervorrufen. Gesunde männliche und weibliche Sexualorgane machen unsere Persönlichkeit strahlend und magnetisch, unsere Augen funkelnd und leuchtend und umgeben uns mit einer Ausstrahlung von Selbstvertrauen. Die innere Wärme vibrierender Sexualdrüsen verhindert die Tendenz zur Inflexibilität, Verhärtung und Versteifung, die mit dem Alter kommen kann. Tatsächlich kann ein gesundes aktives Sexualleben selbst im „höheren Alter“ eine Vitalität und Balance ins Leben bringen.

**Nervengeflecht:** Das zweite Chakra liegt am Lumbalplexus (Lendengeflecht), worüber das Fortpflanzungssystem, der Unterleib und der Lendenbereich des Rückens reguliert werden.

**Geklärt:** Wenn das zweite Chakra geklärt ist, dann fühlen wir uns geduldig, belastbar, nährend und sicher. Wir fühlen uns vertraut mit unserer Familie, unseren Freunden, der Nachbarschaft und dem Planeten. Wir fühlen uns in unserem Körper „zu Hause“ und sind in der Lage, mit unserem „Selbst“ zu kommunizieren. Unsere Emotionen sind ausgeglichen, und wir können unseren Instinkten und unserem „Bauchgefühl“ vertrauen.

Unser Sexualleben ist natürlich und liebevoll, und wir sind in der Lage, sowohl die männliche als auch die weibliche Komponente der Sexualität ins Gleichgewicht zu bringen. Wir essen gesunde Nahrung in der richtigen Menge, die unser Körper braucht, und genießen die Behaglichkeit und das Nährende frei von jeglichen süchtigen Verhaltensweisen. Die Ausscheidung unserer Stoffwechselabfallprodukte erfolgt regelmäßig, und unsere Sexualorgane, die Blase und die Nieren sind gesund.

**Ungeklärt:** Wenn das zweite Chakra ungeklärt ist, dann fühlen wir uns impotent, frigide oder sexbesessen. Entweder haben wir keine Freude am Sex, oder wir benutzen ihn als Sucht, um das zu überspielen, was wir wirklich fühlen. Es kann sein, dass wir uns von unseren Freunden und unserer Familie distanziert fühlen und uns in unserem eigenen Zuhause nicht wohl fühlen. Unser Essen und Trinken kann zur Sucht werden, indem wir essen oder trinken, um uns ein Wohlgefühl zu verschaffen und um Emotionen zu verdecken, denen wir uns nicht bewusst stellen möchten. Angst und Wut sind knapp unterhalb der Grenze unseres Gewahrseins, und das macht uns unruhig und/oder depressiv. Alte Kern-Glaubenssätze von Begrenzung und Furcht sabotieren unser Verhalten und halten uns im „Überlebensmodus“. Das Leben fühlt sich tagtäglich wie ein Kampf an, und wir haben das Gefühl, dass wir von der Hand in den Mund leben, weil wir nicht in der Lage sind, genügend Geld zu verdienen, um uns zu Hause wohl und in unserem Familienleben sicher zu fühlen.

**Erd-Chakra:** Auch wenn unser westliches Denken es abgetan hat, so ist die Erde ein lebendiges Wesen, genauso wie wir. Der Planet ist für uns alle eine Mutter, doch als wir uns über unser Stammesbewusstsein hinaus „entwickelten“, haben wir unsere Verbindung mit ihm/ihr und unseren Respekt für ihn/sie verloren. Das zweite Chakra von Mutter Erde ist der Amazonas in Brasilien. Dies ist ein passender Ort für ihr zweites Chakra, denn es ist ein Paradies der Fruchtbarkeit und des Wachstums. Das heißt, sofern wir Menschen den Ort nicht weiter zerstören.

**Dimensionen:** Das zweite Chakra steuert unsere zwei- und dreidimensionalen Körper. Dieses Chakra repräsentiert mehr als alle anderen unser menschliches „Tier“. Tiere haben Emotionen, genau wie wir – fragt alle, die ein Haustier lieben. Durch das bewusste, dreidimensionale Gewahrsein unserer zweidimensionalen Emotionen sind wir in der Lage, die Beschützer/innen von Mutter Erde zu werden und nicht länger ihre Zerstörer/innen. Wenn wir die Wärme und den Schutz eines Baumes fühlen, wenn wir die Nahrung ehren können, die wir essen, und das Wasser, das wir trinken, dann möchten wir nicht unseren Planeten, der das für uns bereitgestellt hat, verschmutzen oder zerstören.

Wenn wir jedoch unterdrückte Emotionen von Terror und Zorn in uns tragen, dann sehen wir die Welt um uns herum als einen Feind, den wir besiegen müssen. Wir können unseren vergangenen Schmerz heilen, wir können unsere Verbindung mit der Erde und mit allen ihren Geschöpfen fühlen. Es ist unerlässlich, dass wir unseren eigenen Körper lieben, denn wenn wir wahrhaft unseren eigenen Körper lieben und respektieren, dann können wir die Erde lieben und respektieren, deren Körper wir unser Zuhause nennen.

**Zusammenfassung:** Das zweite Chakra symbolisiert unsere Emotionen und gibt uns eine Information über unsere Gefühle dem Leben und uns selbst gegenüber. Leider werden die Emotionen oft von dem Schmerz, der Schuld, der Wut und der Angst aus unserer Vergangenheit beherrscht. Dieser Rückstau alter negativer Emotionen verhält sich wie ein voller Mülleimer, und ein einziges weiteres Blatt Papier genügt, um den Inhalt des Mülleimers überfließen zu lassen. Unser Unbewusstes, vor allem das Unbewusste, das in unserem zweiten Chakra sitzt, ist jener Mülleimer. Unsere unterdrückten Emotionen sind die alten Papiere, die ihn füllen.

Viel zu oft stehen wir kurz vor dem „Überlaufen“ und können nicht zulassen, dass wir zu viel „fühlen“, weil wir fürchten, dass dann der Damm bricht. Unsere Gefühle sind jedoch wichtige Messinstrumente, die uns durch unser inneres und unser äußeres Leben lenken. Wenn wir uns selbst gestatten, bewusst „unsere Gefühle zu haben“, ohne unsere Selbstkontrolle zu verlieren, so dass „die Gefühle uns haben“, dann



können sie uns ebensolche Dienste leisten wie die Messinstrumente im Armaturenbrett unseres Autos. Diese „Messinstrumente“ sagen uns, wann wir in die Werkstatt müssen, wann alles gut läuft, wann wir in Gefahr und wann wir sicher sind. Die Gehirnzentren für Emotion und Gedächtnis sind eng beieinander. Unser Gedächtnis arbeitet mit Assoziationen, und Erinnerungen, die mit denselben Emotionen gefüllt sind, werden in derselben „Datei“ abgespeichert. Deshalb drohen unterdrückte Emotionen aus unserer vergessenen Vergangenheit, sich an gegenwärtige Situationen „zu klemmen“, die dieselbe Emotion aktivieren. An diesem Punkt verstärken die vergangenen Emotionen unsere gegenwärtigen Emotionen auf unangemessene Weise.

Wenn wir zum Beispiel in der Kindheit einen Verlust erlitten und niemals angemessenen Trost und Beistand bekommen hatten, dann werden wir auf jeden Verlust, den wir als Erwachsene erfahren, übersensibel reagieren. Mit anderen Worten, unsere „Kummer“-Datei ist voll. Da wir unsere Kindheitserfahrung unterdrückt haben, können wir nicht verstehen, warum wir bei einem verhältnismäßig unbedeutenden Ereignis mit solch einem Kummer reagieren.

Glücklicherweise ist unser Kind in unserem unbewussten Geist quicklebendig. Wenn wir unserem Inneren Kind das geben können, was es damals benötigte und niemals bekam, können wir anfangen, unseren alten Schmerz zu heilen. Auf diese Weise werden wir lernen, zwischen dem Schmerz unserer Kindheit und dem Schmerz in der Gegenwart zu unterscheiden. Sodann nehmen wir uns einen Augenblick Zeit, um unserem Inneren Kind zu versichern, dass er oder sie sicher ist, und dass wir, der/die Erwachsene, die anliegende Situation regeln werden.

Eine der Voraussetzungen für Schöpferkraft ist die sinnliche Empfindsamkeit für unseren physischen Körper. Sobald wir die Angst und den Schmerz aus unserer Vergangenheit klären, können wir anfangen, unsere Emotionen mit derselben Kraft und Klarheit zu fühlen, wie wir es als Kinder taten. Sobald wir dazu in der Lage sind, werden wir zu der wundervollen Vorstellung gelangen, dass wir aus unserem Erwachsensein „herausgewachsen sind“. Wenn wir bewusst mit unserem Inneren Kind kommunizieren und es lieben können, dann können wir intuitiv eingestimmt bleiben und gleichzeitig in einem reifen Verständnis solide verwurzelt bleiben, wie wir unsere Wirklichkeit erschaffen.

© Awakening with Suzanne Lie

[www.multidimensions.com](http://www.multidimensions.com)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/1-11-16-unconditional-love-for-your.html>

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

**Meditation: Bedingungslose Selbstliebe – Chakra 2 (Sakral-Chakra)**

Ich konzentriere mich auf mein zweites Chakra zwischen meiner Taille und der Basis meiner Wirbelsäule und fühle ein Aufwallen von Emotionen aus einer lang vergessenen Kindheit und meinem frühen Leben. Ich umfange diese Emotionen mit der Kraft meiner *bedingungslosen Liebe*, und ich erlaube dieser bedingungslosen Liebe, mir *bedingungslos zu vergeben*, dass ich dachte, irgendetwas falsch gemacht zu haben, und *bedingungslos zu akzeptieren*, dass ich jene Episoden meines Lebens in meinen Geburtsplan geschrieben habe.

Ich beobachte, wie dieses Geschenk *bedingungsloser Liebe, bedingungsloser Annahme und bedingungsloser Freiheit* meinem Inneren Kind erlaubt, in mein wahres multidimensionales SELBST neugeboren zu werden.

Ich kann nun eine *Treppe* sehen, die sich von meinem tiefen unbewussten Kind-Selbst immer weiter in immer höhere Bewusstseinsdimensionen ausdehnt. Ich beobachte und fühle dieses Licht meines wahren multidimensionalen SELBST, wie es die Treppe herunterfließt in die Tiefen meines zweiten Chakras hinein, um alle Kindheitsprobleme zurückzusetzen und in gut gelernte Lektionen zu verwandeln.

Ich beobachte, wie mein Inneres Kind mit mir meine angeborenen Talente teilt, die im Prozess des Heranwachsens verloren gegangen waren. Indem ich das wahrnehme, fühle ich das Wunder des Lebens durch die Augen der Unschuld und der Hoffnung meines eigenen Inneren Kindes.

„*Ich bin frei!*“, höre ich mich selbst ausrufen, während ich die Lichttreppe in das Ich emporsteige, das zu sein ich gewählt habe, bevor ich diese Verkörperung annahm. Ich blicke jetzt auf meine Welt durch die Augen der Unschuld und des tiefen inneren Wissens, dass ich durch die höherdimensionalen Frequenzen meines eigenen multidimensionalen SELBST geschützt und geführt bin.

Ich schaue nun nach außen auf die Welt durch die Augen der Unschuld und des tiefen inneren Wissens, dass ich geschützt bin. Ich bin geschützt durch meine eigenen inneren Führer, die ebenfalls die höherdimensionalen Versionen meines eigenen multidimensionalen SELBST sind.

Indem diese höheren Wesen in meinem Gewahrsein bewusst werden, kann ich das höhere Licht und die *bedingungslose Liebe* fühlen, die mit ihrem Kern im Kern meines inneren Seins in Resonanz sind. Ich fühle, wie dieses höhere Licht und die *bedingungslose Liebe* mich von Erinnerungen an meine Vergangenheit befreien, die mich belogen haben und mir sagten, ich sei nur ein Mensch, ich sei nicht „gut genug“, nicht intelligent genug oder hübsch genug. Worte, die mich verletzten und traurig machten.

Ich nehme jedes dieser Worte, die irgendwie in meinem eigenen zweiten Chakra steckengeblieben sind, und ich schicke jedem Wort meine eigene bedingungslose Liebe und sage: „*Ich liebe dich, ich liebe mich, wir sind bedingungslose Liebe.*“

*Bedingungslose Liebe*, die frei ist von Bedingungen, die nichts erwartet.  
*Bedingungslose Liebe*, die Fehler oder Unfälle oder Reaktionen zulässt. Ich fühle diese *bedingungslose Liebe*, wie sie sich jetzt in meinem zweiten Chakra niederlässt,

mich beruhigt, mich entspannt und mir erlaubt, die Emotionen von Kummer, Schmerz und Ärger loszulassen. Ich fühle, wie diese *bedingungslose Liebe* mir die Emotionen von Glück, Kreativität, Annahme, Vergebung erlaubt und wie ich mich darüber freue.

Ich fühle, wie "ich" durch mein eigenes zweites Chakra neugeboren werde. Mein multidimensionales SELBST gebärt sich selbst neu als die neueste und bedingungslos liebende Version von mir. „Ich bin neugeboren“, wiederhole ich. Ich bin das Ich, das ich sein sollte. Jetzt kann ich meine Leben so wie ICH BIN leben.

Und in diesem Leben, in meiner Wiedergeburt dieses Lebens, liebe ich mich aus dem innersten Kern meines Wesens bedingungslos. Ich vergebe mir selbst aus dem innersten Kern meines Wesens bedingungslos und nehme mich selbst aus dem innersten Kern meines Wesens bedingungslos an.

Ich weiß, dass ich aus diesem fruchtbaren Boden meiner eigenen **bedingungslosen Liebe**, meiner eigenen **bedingungslosen Vergebung** und meiner eigenen **bedingungslosen Annahme** meine Neue Erde jetzt erschaffe und weiterhin erschaffen werde. Die Neue Erde, die auf *bedingungsloser Liebe* gegründet ist.

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)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/1-11-16-unconditional-love-for-your.html>

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

## Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 3

Suzanne Lie und die Arkturianer  
(18.1.2016)

### Drittes Chakra (Solarplexus-Chakra)



#### Informationen über das dritte Chakra

**Position:** Das dritte Chakrabefindet sich **zwischen dem Brustbein und dem Bauchnabel.**

**Blütenblätter:** Im dritten Chakra gibt es **zehn Blütenblätter**, die aussehen können wie ein **Wirbel**, wenn sie sich drehen. In der Numerologie wird die Zahl 10 auf die Zahl 1 zusammengerechnet. Die Zahl Eins symbolisiert den Anfang, wie „Im Anfang war das Wort.“ Jedes Wort beginnt mit einem Gedanken. Selbst wenn es unbewusst ist, geht der Gedanke einer Kommunikation voraus. Das dritte Chakra repräsentiert auch unsere Kommunikation mit der vierdimensionalen astralen Welt, die allzu oft unbewusst erfolgt.

**Note & Mantra:** Die Note für dieses Chakra ist **D**, und das Mantra ist „ram“ oder „aum“

Farbe: Die Farbe dieses Chakras ist **Gelb bzw. Gold**. Wenn das Gelb aus astraler Sicht in der Aura von jemandem gesehen wird, dann repräsentiert es intellektuelles Denken. Die Farbe Gold zeigt die Identifikation mit seinen/ihren Seelenqualitäten. Ein Vorherrschen von Gelb in der Aura zeigt an, dass jemand mit den rationalen Gedanken des Egos sehr verhaftet ist. Auf der anderen Seite ist das Vorherrschen der Farbe Gold in der Aura ein Hinweis, dass das Ego die Kontrolle über das physische Erdengefäß der Seele übergeben hat.

Auf der körperlichen Ebene steht die Farbe Gelb für Bedacht/Vorsicht. Gelb steht zwischen dem Rot von „Stopp“ und dem Grün von „Geh' los“. Es bedarf großer Behutsamkeit, um unser physisches und unser astrales Selbst zu integrieren. Der Weg zur Spiritualität ist mit bedachter Geduld gepflastert.

**Regelungen:** Das dritte Chakra beherrscht den **MENTALEN** Bereich unseres Bewusstseins und reguliert sowohl das übersinnliche und das intellektuelle Denken als auch die Kraft, die Kontrolle und/oder die Freiheit, die wir aus unserem Geist (mind) erfahren. Dieses Chakra ist das „Power-Chakra“. Es steuert unser Verständnis von uns selbst, die Kraft, die wir im Inneren und über unsere Bestimmung haben, die Macht, die wir über andere haben, und die Macht, die andere über uns haben.

Wenn eine Person zu viel Yin, d.h. weiblicher Energie, hat, dann kann es sein, dass er oder sie sich *kraftlos* fühlt. Wenn umgekehrt eine Person zu viel Yang, also männliche Energie hat, dann kann bei ihm oder ihr die Tendenz zur *Aggressivität* oder zur *Gier* bestehen.

Das dritte Chakra steht in Verbindung mit der Leber, der Gallenblase, dem Magen, der Milz und der Bauchspeicheldrüse und steuert, wie zentriert wir uns im Verlauf des Tages im Verhältnis zu unseren mentalen Möglichkeiten und unserer Fähigkeit zur Selbstmotivation fühlen.

Die Projektionen unseres Egos und unsere Lebensenergien werden beide von diesem Chakra beeinflusst, denn es steuert, wie gut wir bei uns selbst bleiben und unser Gespür für uns selbst behalten können, wenn wir uns mit jemand anderem in einem Machtkampf befinden. Der Kampf zwischen Egos lässt sich schlecht gewinnen, wenn wir Kinder und unsere Gegner die Eltern sind. Deshalb enthält dieses Chakra das Geheimnis der vielen Machtkämpfe, die wir als Kind mit unseren Eltern oder anderen Autoritätspersonen ausgefochten und verloren haben.

Das dritte Chakra ist bekannt als das Tor in die **astrale Ebene der vierten Dimension**. Deshalb steuert es unsere astralen Emotionen. Diese Emotionen unterscheiden sich allerdings sehr von den physischen Emotionen, die wir durch unser zweites Chakra fühlen. Unser zweites Chakra steuert die Emotionen des Überlebens auf instinktive Art; demgegenüber sind die Emotionen des dritten Chakras mit unserem Denkvorgang verknüpft.

Diese eher „kognitiven Emotionen“ fühlen wir in Form von Reaktionen auf andere oder als Reaktionen auf unsere Wünsche und Ziele. Diese Kombination von Gedanken mit Emotionen öffnet uns das Tor in die vierte Dimension. Sobald dieses Portal geöffnet ist, kann es beginnen, unsere dreidimensionalen Wahrnehmungen mit den höheren Sinnen unseres übersinnlichen, intuitiven Bewusstseins zu verschmelzen.

Die Integration unseres physischen und unseres astralen Körpers kann jedoch weitere Kontroll-Probleme für das dritte Chakra erzeugen. Neben den Kontroll-Problemen von verschiedenen Egos, die versuchen, gegenseitig die persönliche Macht auszuspielen, gibt es die internen Kontroll-Probleme von Gedanken gegen Emotionen, Intuition gegen Intellekt und Yin gegen Yang.

**Sinnesorgan:** Das dritte Chakra steuert den **Seh-Sinn**. Es steuert das physische Sehen unseres dreidimensionalen Bewusstseins ebenso wie das „zweite Gesicht“, d.h. die astrale Sicht unseres vierdimensionalen Bewusstseins.

**Astrologisches Zeichen:** Das Sternzeichen, das mit diesem Chakra oft verbunden wird, ist **Löwe**. Der Löwe, dessen Herrscher die Sonne ist, symbolisiert unsere Wärme und Stärke wie auch unser Streben nach Anerkennung, Macht und sozialem Status. Aus astrologischer Sicht repräsentiert unsere Sonne das Egosystem, das wir in dieser Lebenszeit verkörpern.

Das dritte Chakra repräsentiert den Kampf jenes Egosystems, zuerst mit anderen und dann mit unserer Seele. Wenn wir unsere Kraft in uns selbst finden, dann müssen wir nicht länger gegen andere kämpfen. Dann muss unser Ego lernen, die zarte, leise Stimme unserer Seele wiederzuerkennen, und muss lernen die Kontrolle unseres Erdengefäßes diesem überlegenen Kapitän zu übergeben.

**Element:** Das mit diesem Chakra verbundene Element ist das **Feuer**. Das Feuer steht für den elektrisch/nervlichen Teil unseres dreidimensionalen physischen Körpers. **Elektrizität** ist im Zusammenhang mit unserer Fähigkeit zu sehen, unser Verhalten bewusst durch unsere Gedanken zu steuern, denn es ist die elektrische Anfeuerung unseres Nervensystems, die unserer Hirnrinde (Cortex) die Möglichkeit einräumt, unser Verhalten zu wählen.

Wenn wir „Willenskraft“ erworben haben, um unsere Verhaltensweisen, Handlungen, Worte und Einstellungen zu wählen, dann haben wir unser Leben bewusst unter Kontrolle. Wenn umgekehrt unsere Verhaltensweisen, Handlungen, Worte und Einstellungen nicht bewusst gewählt werden, dann reagieren wir anstatt zu

antworten. In dem Fall haben wir nicht das Gefühl, unser Leben „unter Kontrolle“ zu haben, weil wir es nicht schafften, eine Antwort zu geben, die uns ermächtigt. Das dritte Chakra steuert das **Tierreich**, von dem gesagt wird, dass die Menschheit an der Spitze seiner Hierarchie stehe. Diese Zuschreibung erfolgt aufgrund der Größe der Hirnrinde und unserer unterstellten Fähigkeit, unser eigenes Schicksal zu kontrollieren. Diese Kontrolle ist jedoch nicht nur von der Größe unserer Hirnrinde abhängig. Wale und Delfine haben größere Hirnrinden als wir, und Delfine verfügen tatsächlich auch noch über mehr Sprachmechanismen als Menschen. Die Wale und Delfine sind seit vielen Jahren der Gewalttätigkeit der Menschen ausgeliefert gewesen. Ebenso haben die Menschen andere Menschen verletzt, getötet und versklavt. Das dritte Chakra ist das Chakra, das den Kampf um Macht und Vorherrschaft zwischen und innerhalb der Rassen zum Thema hat. Die Fähigkeit, unsere Gedanken und Gefühle durch die Sprache zu kommunizieren, war immer ein entscheidender Faktor in jenem Kampf.

**Bewusstsein:** Die Hirnregion, die mit diesem Chakra verknüpft ist, ist der multisensorische und motorische Teil der Großhirnrinde (Neocortex), der den Anfang höherer mentaler Funktionen darstellt. Das dritte Chakra repräsentiert unser dreidimensionales Bewusstsein und zeigt ebenso, wie unser vierdimensionaler Astralkörper unsere physische Welt beeinflusst. Sobald wir irgendeinen bewussten Einfluss seitens unseres astralen Selbstes untersagen, begrenzen wir unsere Wirklichkeit.

**Persönliche Zeitlinie:** Dieses Chakra repräsentiert die Zeit **vom 6. Lebensjahr bis zum Jugendalter**. Dies ist der Zeitrahmen, in dem das Kind in die Schule kommt und sich aus dem ständigen Einfluss der Familie herausbewegt. Von 6 bis 12 Jahren sind die Kinder in Kontakt mit Lehrern, Freunden und den Familien ihrer Freunde, doch der wesentliche Einfluss kommt immer noch aus dem Elternhaus. Kinder in diesem Alter werden sich immer mehr bewusst, dass sie anders sind als ihre Eltern. Vor allem wenn sie sich in das frühe Jugendalter hineinbewegen, treibt sie dieses Gewahrwerden an, ihre eigene Identität innerhalb der Familie zu finden. Ab dem 12. Lebensjahr bis ins Jugendalter verschiebt sich der Fokus von der Familie auf die Freunde. Wenn es diesen jungen Heranwachsenden gelingt, ein Gespür für sich/ihr Selbst zu entwickeln, während sie in dem Familiensystem leben, dann werden sie es leichter haben, diesen Prozess außerhalb von zu Hause zu wiederholen.

**Soziale Zeitlinie:** Anthropologisch steht das dritte Chakra für die Zivilisationen von **vor etwa 5.000 Jahren** zur Zeit der großen Reiche von **Ägypten, Syrien, Griechenland und Rom**. Diese Gesellschaften kamen durch „Macht über“ ihre Gegner an die Macht. Der Aufstieg und Höhepunkt dieser Zivilisationen markierte die Ausweitung der kognitiven Fähigkeiten der Menschheit.

Innerhalb dieser Zivilisationen hatten wenigstens einige Mitglieder der Gesellschaft „Zeit“, um etwas nachzugehen, was jenseits des Überlebens war. In den meisten dieser Gesellschaften wurden vielerlei Götter und Göttinnen wie auch Tiere verehrt.

**Endokrine Drüsen:** Die endokrine Drüse des dritten Chakras ist die **Bauchspeicheldrüse**. Die Bauchspeicheldrüse spielt bei der Verdauung der Nahrung eine große Rolle. Sie sondert das Sekret/Hormon Insulin ab, das die Höhe des Blutzuckers im Stoffwechselsystem reguliert, der für die Verdauung von Kohlehydraten nötig ist. Von der Bauchspeicheldrüse produzierte Enzyme sind wichtig für das Gleichgewicht zwischen Fetten und Eiweißen.

Diese endokrine Drüse wird durcheinandergebracht, wenn dem System zu viel Zucker zugeführt wird. Das geschieht häufig, wenn die Person sich in ihrem Leben mehr Süße wünscht, aber nicht weiß, wie sie sie bekommen kann. Alkoholische

Getränke verwandeln sich sofort in Zucker, und Diabetes kann als Folge von Alkoholkonsum entstehen. Noch einmal, diese Menschen haben nicht das Gefühl, dass sie die innere Kraft haben, dem Leben zu begegnen, und sie müssen sich eine Substanz zuführen, um sich selbst zu trösten.

**Nervengeflecht:** Das Nervengeflecht, das mit diesem Chakra in Verbindung steht, ist der **Solarplexus**, der sich direkt unterhalb des Brustkorbs befindet. Mit diesem Chakra verbundene Körperbereiche sind der untere Rücken, der Bauch, der Magen, das Verdauungssystem, die Leber, die Milz, die Gallenblase und das autonome Nervensystem.

**Geklärt:** Wenn das dritte Chakra geklärt ist, haben wir ein starkes Empfinden von **persönlicher Kraft und Selbstmotivation**. Wir haben nur noch wenige Machtkämpfe mit anderen, weil wir Verantwortung für die Erschaffung unserer eigenen Wirklichkeit übernehmen. Deshalb fühlen wir uns nicht als Opfer oder von anderen kontrolliert. Wenn wir ein Problem im Leben haben, dann erkennen wir: „Wenn es zu mir kommt, dann ist es an mir, damit fertig zu werden.“ Wir verfügen über ausgeprägte Fähigkeiten, Entscheidungen zu treffen, eine starke Willenskraft und ein gutes Selbstbild.

Da wir unser Leben in die Hand nehmen, haben wir eine gute Gesundheit und Lebensenergie. Sobald wir Yin und Yang, Gedanken und Emotionen, Intuition und Intellekt, Willenskraft und Hingabe an die Seele im Gleichgewicht halten können, können wir uns der vielen Botschaften bewusst werden, die aus der astralen Ebene zu uns kommen. Wir sind in der Lage, uns gegen den „psychischen Sog“ anderer zu schützen, da wir in der Lage sind, unsere Emotionen von den Emotionen anderer zu unterscheiden. Das können wir tun, weil wir unserer eigenen astralen Welt zugehört haben, wie sie mit uns durch unsere Träume und unsere Fantasie kommuniziert.

**Ungeklärt:** Wenn das dritte Chakra ungeklärt ist, dann fühlen wir uns **kraftlos**. Da wir das Gefühl haben, dass wir nicht in der Lage sind, das, was wir brauchen, heranzuziehen, wenn wir es brauchen, kann es sein, dass wir auf Gier, Zweifel und Wut und dann natürlich auf Schuld beschränkt sind. Unser Körper antwortet auf die ständige Spannung, indem er Geschwüre, Gelbsucht, Hepatitis, Diabetes, Unterzuckerung und Gallensteine entwickelt. Unser Gefühl der Machtlosigkeit in der Welt verursacht ein übermäßiges Sorgenmachen, hypochondrische Schmerzen, Reizbarkeit und das Aufschieben von Dingen, die getan werden müssen. Wir sind überempfindlich, weinen leicht, fühlen uns müde und sind oft ängstlich und/oder depressiv.

Unsere Unfähigkeit, den inneren Ruf unseres astralen Lebens mit der äußeren Welt zu integrieren, erzeugt eine Übersensibilität für die psychische Welt anderer. *Die Angst anderer Menschen, die die „lauteste“ Emotion ist, die wir im dritten Chakra fühlen können, hängt sich an unsere eigene Angst an.* Dann wird es extrem schwierig, sich mit anderen oder in Gruppen aufzuhalten. Unser Geist wütet mit zwanghaften Gedanken und Sorgen gegen uns. Unsere negativen Emotionen verstärken dann unser negatives Denken und halten uns in einem ständigen Zustand von Unruhe.

Die Kraft, die wir in der Vergangenheit verloren haben, muss zurückgewonnen werden, so dass wir in der Gegenwart leben können. Wir müssen zurückgehen, um die negativen Kern-Glaubenssätze zu finden, die wir gegen uns selbst richten. Diese Glaubenssätze erinnern uns ständig daran, dass wir unfähig sind, uns den Herausforderungen des Lebens zu stellen und dass wir nicht die persönliche Kraft haben, glücklich und erfolgreich zu sein.

**Erd-Chakra:** Das dritte Chakra der Erde ist der **Kilimandscharo** in Afrika. Der Kilimandscharo ist einer der größten freistehenden Berge der Welt. Der andere

größte freistehende Berg befindet sich ebenfalls in Afrika, dem Herzen unserer ersten großen Zivilisationen. Der Kilimandscharo erinnert uns an die Kraft, die wir erlangen können, um unabhängig zu sein, wenn wir unsere „Macht im Inneren“ finden.

**Dimensionen:** Dieses Chakra repräsentiert unseren **drei- und unseren vierdimensionalen Körper**. Das dritte Chakra ist das Tor zur vierten Dimension. Leider wird dieses „Tor“ in unserem Körper oft zuerst durch unangenehme Gefühle im Bereich des dritten Chakras in unserem Körper erfahren. Um zu vermeiden, dass wir ein Opfer der psychischen Welt anderer sind, müssen wir unsere eigene vierdimensionale Kraft gewinnen. Wenn wir Frieden sowohl in unserer inneren Welt als auch in unseren Gedanken und Gefühlen, die jener Welt zugehörig sind, gefunden haben, dann werden wir unsere wahre Kraft finden, in der äußeren Welt „auf uns allein gestellt“ zu sein.



Foto: Suzanne Lie

**Zusammenfassung:** Unser drittes Chakra hat mit **Verdauung, Synthese, Verteilung und dem Hervorbringen unserer persönlichen Kraft** zu tun. Unser Magen, die Bauchspeicheldrüse, die Gallenblase und die Leber befassen sich mit unserer Verdauung und Synthese, und unsere Milz und das autonome Nervensystem verteilen unsere Kraft und bringen sie nach außen.

Unsere persönliche Kraft wurde in der Kindheit verstärkt oder begrenzt. Dreidimensional hat uns unsere frühe Umgebung entweder ermächtigt, wenn unsere Eltern gütig, positiv und unterstützend waren und uns Gelegenheiten gaben, eigene Entscheidungen zu treffen, um Erfolg oder Misserfolg zu erfahren. Unsere frühe Umgebung beraubte uns unserer Kraft, wenn unsere Eltern uns mit Kritik, Grausamkeit, Unsensibilität und ungerechten Strafen einengten.

Vierdimensional wurde uns unsere Kraft durch die Gedanken und Gefühle durch diejenigen gegeben oder gestohlen, die in den ersten Jahren um uns herum waren. Auch wenn wir vielleicht unsere vierdimensionalen Kräfte abgelehnt haben, als wir erwachsen wurden, so gehörten sie als normaler Teil zu unserer Kindheit. Oft konnten wir als Kinder Elfen sehen, mit unserem Hund sprechen und ein Stofftier oder eine Puppe als belebt erkennen. Möglicherweise haben die Erwachsenen dann gesagt: „Wie niedlich. Was für eine gute Vorstellung du hast.“ Oder sie sagten: „Rede kein dummes Zeug. Es gibt keine Elfen, und Hunde können nur bellen.“

Was also glaubten wir? Gaben wir den „Schein“-Elfen und dem Hund, der uns liebte, Macht, oder den Eltern, die uns ein Zuhause und Nahrung gaben? Das Gesetz der Natur ist das Überleben. Wir konnten ohne Elfen und ohne mit Hunden zu sprechen überleben, doch wir konnten nicht ohne ein Zuhause und ohne Nahrung überleben. Deshalb hörten wir auf „sie“, die uns aufzogen. Ihre Wirklichkeit wurde unsere Wirklichkeit.



Falls wir glücklich genug waren, Eltern zu haben, die sich kraftvoll fühlten und uns Liebe, Schutz und Ermutigung gaben, dann hatten wir eine glückliche sichere Wirklichkeit, in der wir zu unserem vollsten Potenzial aufblühen konnten. Wenn andererseits unsere Eltern ängstlich waren, ärgerlich, machtlose Opfer anderer oder des „Systems“, dann laufen wir Gefahr, jene Welt erneut hervorzubringen, weil sie unser einziges Modell war. Wir schufen jene Wirklichkeit auch, weil das Tor zu unserer Seele, zu unserer vierdimensionalen astralen Welt, erstickt und als „bloß unsere Vorstellung“ entwertet wurde.

Für uns als Kind war das vierdimensionale psychische „Tor“ immer noch offen, und wir konnten klar ALLES an Schmerz, Angst, Wut und Kummer unserer Familie und von anderen, zu denen wir ein enges Verhältnis hatten, empfangen. Das Hauptproblem war, dass, wenn wir „psychisch“ die astrale Umgebung um uns herum aufnahmen, die aus den Gedanken und Gefühlen der anderen bestand, wir sie nicht als die Gedanken und Gefühle der anderen wahrnahmen. Wir nahmen sie als unsere eigenen wahr. WIR fühlten uns als Opfer. WIR waren traurig, wütend oder ängstlich, und WIR glaubten, dass wir kein besseres Leben erschaffen konnten.

Deshalb erschufen wir Kern-Glaubenssätze über uns selbst, die uns vor unserer unbequemen emotionalen Welt schützten. Diese Kern-Glaubenssätze betrafen im Allgemeinen unsere eigenen Begrenzungen, wie z.B.: „Ich bin nicht gut genug.“ „Ich verdiene es nicht.“ oder „Ich bin nicht würdig.“ Dann konnten wir den notwendigen Glauben aufrechterhalten, dass es sich um unsere eigene Unzulänglichkeit handelte und nicht um die Unzulänglichkeit unserer Eltern, die die Quelle unserer Probleme war. In Wirklichkeit waren die Kern-Glaubenssätze, die wir erschufen, wahrscheinlich dieselben Kern-Glaubenssätze, die unsere Eltern erschufen und auf der psychischen Ebene an uns weitergegeben hatten.

Dessen ungeachtet erzeugten diese Kern-Glaubenssätze eine Illusion von Schutz vor der rauen und fremden Welt. Ja, für unser inneres Selbst, das sich erinnerte, dass wir goldene Lichtwesen sind, fühlte sich die dritte Dimension sehr rau und einengend an. deshalb vergaßen die meisten von uns ihren Lichtkörper, denn wir konnten zu jenem Körper nicht zurückkehren, und die Erinnerung daran verursachte uns einfach Schmerzen.

In dem obigen Szenario lernte das Kind, dass Macht der „Macht über“ andere gleichkam. Wenn die eigenen Eltern Opfer waren, dann musste es auch eins sein. Und da das Kind immer noch das „zweite Gesicht“ des astralen Plans hatte, konnte es die Angst und die Opferhaltung sehen und fühlen, die dem Zorn und dem Kummer seiner Eltern zugrunde lagen.

Wie kann ein Kind etwas über die „Macht im Inneren“ lernen? Wie kann ein Kind positive Glaubenssätze lernen, wie „Ich bin kraftvoll, ich bin intelligent und ich bin liebenswert“? Die Eltern können „so tun, als ob“ sie liebevoll wären, „so tun, als ob“ sie keine Angst hätten, „so tun, als ob“ sie glücklich wären. Doch das Kind „fühlt“ immer noch die Wahrheit, weil er/sie noch für das astrale Selbst wach ist. Leider ist der Schaden angerichtet, wenn das Kind mit der Zeit lernt, jenes Tor zu schließen. Was können Eltern tun?

Eltern können in ihre eigene Kindheit zurückgehen, um die Ursache für ihre eigenen negativen Kern-Glaubenssätze zu finden und sie zu heilen. Dann müssen Eltern nicht glücklich und liebevoll „handeln“, dann können Eltern glücklich und liebevoll „sein“. Wir können nichts geben, was wir nicht haben. Wenn wir selbst kein Geld haben, wie können wir es dann ausgeben? Wenn wir keine Liebe zu uns selbst haben, wie können wir sie dann weitergeben?

Unsere Gesellschaft hat die Macht im Geld gesehen und wird alles tun, um es zu

bekommen, doch wie viele von uns haben wahrhaft die Macht der Liebe erfahren, der Liebe von unserem SELBST uns selbst.

© Awakening with Suzanne Lie

[www.multidimensions.com](http://www.multidimensions.com)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/unconditional-love-for-your-self-chakra.html>

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

### Meditation: Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 3 (Solarplexus-Chakra)

Richtet euch auf diese Meditation aus, indem ihr einen langsamen, tiefen Atemzug nehmt. Nehmt euch wirklich einen Augenblick Zeit, die Augen zu schließen und atmet ein — eins, zwei, drei, vier — haltet, haltet das *innere Licht*.

Atmet langsam aus — eins, zwei, drei, vier fünf, sechs — und lasst alles los.

Fühlt, wie sich euer Solarplexus, euer drittes Chakra, mit dem Einatmen *nach oben ausdehnt* und sich mit dem Ausatmen *nach unten entspannt*.

Das wiederholen wir noch einmal. Einatmen — eins, zwei, drei, vier — den Atem halten, halten, *haltet* die bedingungslose Liebe, die mit dem Atem fließt.

Und jetzt atmet die bedingungslose Liebe in euer Leben hinein — eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs. Und denkt daran, euch zu sagen:

„Ich **liebe** mich bedingungslos,  
ich liebe **mich** bedingungslos,  
ich liebe mich **bedingungslos**.“

Während ich mich auf mein drittes Chakra konzentriere, nehme ich wahr, dass dies das Chakra meines Solarplexus ist, meines eigenen persönlichen *Sonnensystems meiner inneren Sonne*. Und wie ich diese *Kraft in meinem Inneren* fühle, erlaube ich jener Kraft, die *bedingungslose Liebe* hereinzuholen, die ich nun direkt in meinen Solarplexus schicke – in jenen Bereich, der auch meinen Magen reguliert.

Der Magen ist der Bereich, wo ich das Leben *verdaue*. UND was ich jetzt verdaue, was ich weiß, was ich fühle, was ich vielleicht bisher aber noch nicht bemerkt habe, ist das *Höhere Licht*, das durch dieses angeborene innere *Portal* der Solaren Sonne meines dritten Chakras hereinkommt.

Ich fühle diesen Wirbel, wie er sich mit meiner bedingungslosen Liebe öffnet, indem ich *bedingungslose Liebe* in diesen Wirbel schicke, und ich fühle, wie er sich immer mehr öffnet.

Diesen Wirbel verknüpfe ich mit meinem Ego-Selbst, d.h. mit den Gedanken um meinem Alltag, die mir täglich durch den Kopf gehen und die durch das dritte Chakra beherrscht werden.

Und ich gehe mutig in jenes Portal, in jene interdimensionale Wirklichkeit, in der sich das Gelb, die gelbe Tönung meiner alltäglichen Wirklichkeit des dritten Chakras, immer mehr von meiner persönlichen Essenz in die *goldene Essenz meiner Seele* transmutiert.

Ich fühle diese Kraft in meiner Seele, und ich öffne jenes Portal, so dass meine Seele in meine täglichen Gedanken kommt.

In meinen täglichen Gedanken kann ich meine *eigene innere Kraft* fühlen.

Indem ich mich auf meine innere Kraft konzentriere, sammle ich diese Kraft und tränke, vermische und kombiniere sie mit der bedingungslosen Liebe, die ich für mich selbst habe, und die ICH BIN.

Ich erkenne, dass mein drittes Chakra das Konzept von ‚Macht über‘ im Gegensatz zur ‚Macht im Inneren‘ reguliert.

Ich *fühle* die Botschaften, die Erinnerungen, die Gedanken, die Siege und das Leid, wenn ich mein Leben in Situationen *fühle*, in denen ich die Erfahrung machte, dass

*andere Macht über mich hatten, oder wenn ich erlebte, dass ich Macht in mir selbst hatte.*

Jetzt nehme ich mir viel Zeit, mich an einen Zeitpunkt in meinem Leben zu erinnern, in dem ich das Gefühl hatte, dass jemand anderes über mich Macht hatte, und wie mich das schmerzte oder verletzte und wütend, traurig und/oder ängstliche machte.

Doch nun habe ich gelernt, mich selbst *bedingungslos zu lieben*, und ich fühle diese Kraft in mir. Und mit der *Kraft in meinem Inneren* gehe ich zu jener Person, gehe ich an jenen Ort oder gehe ich in jene Situation, in der ich damals das Gefühl hatte, dass jene Situation oder jene Person Macht über mich hatten.

*Ich liebe mich bedingungslos,  
ich fühle jene Kraft in mir,*

und ich breite jene BEDINGUNGSLOSE LIEBE und KRAFT IM INNEREN über jene Person, jenen Ort, jene Situation und/oder jenen Gegenstand aus, die mich einst verletzt haben.

**Jetzt weiß ich, dass ich genügend *bedingungslose Liebe* zu mir selbst habe, um meine Wunden zu heilen und in meine volle *Kraft in meinem Inneren* zu gehen.**

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)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/unconditional-love-for-your-self-chakra.html>

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

## Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 4

Suzanne Lie und die Arkturianer  
(25.1.2016)

### Viertes Chakra (Herz-Chakra)



#### Informationen über das vierte Chakra

**Position:** Der Sitz des Herz-Chakras ist in unserem Herzen.

**Blütenblätter:** Dieses Chakra herrscht über die erste der höheren Schwingungen. Es hat zwölf Speichen oder Blütenblätter. Numerologisch ergibt zwölf die Zahl drei. Drei ist die Zahl, die für die Beziehung zwischen Weisheit, Macht und Liebe steht. Dieses Gleichgewicht ist der vorrangige Fokus des Herz-Chakras.

Weisheit ohne Liebe und Macht wäre grausam und schwach. Macht ohne Weisheit und Liebe wäre gefährlich und selbstsüchtig. und Liebe ohne Macht und Weisheit wäre eine Opferstruktur und Dummheit. Wir müssen lernen, wie wir alle dieser drei Tugenden in unserem Herzen finden und zusammenfügen.

**Note & Mantra:** Die Note für dieses Chakra ist Fis-Dur, und das Mantra ist „Yam“ oder „a“. Diese Mantren in der Fis-Tonlage zu singen und dabei unsere Aufmerksamkeit auf diesen Körperbereich zu richten, kann uns helfen, einen bewussteren Zugang zum Herz-Chakra zu finden.

**Farbe:** Die Farbe dieses Chakras ist Grün (und Rosa/Magenta für das Hohe Herz). Grün ist die mittlere Farbe des Lichtspektrums und steht für Heilung, Wachstum und Gesundheit.

**Regelungen:** Das Herz-Chakra ist die Nabe unseres Körpers, der Mittelpunkt, in dem sich unsere inneren männlichen und weiblichen und unsere menschlichen und göttlichen Energien treffen. Das vierte Chakra reguliert ALLE unsere intra- und interpersonellen Beziehungen. Dieses Chakra steuert unsere Wahrnehmung von Liebe, unsere Fähigkeit, Liebe zu geben und von anderen, von unserer höchsten Essenz und von uns selbst zu empfangen. Unser Hohes Herz steuert die bedingungslose Liebe, und das niedrigere Herz steuert die menschliche Liebe. Es steuert auch Mitgefühl, Heilung, die Lungen, den Atem und unser Zeitgefühl, das mit den rhythmischen Herzschlag- und Atemzyklen verknüpft ist.

**Sinnesorgan:** Das Herz-Chakra steuert unseren Tastsinn. Die Berührung ist die erste Intimität, die wir als Kind kennenlernen, und sie bleibt ein Leben lang unser mächtigstes unausgesprochenes Kommunikationsmittel. Berührung kann das liebevollste oder das am meisten beängstigende Kommunikationsmittel sein. In unserem Herzen lernen wir alles über Berührung und wie wir umgekehrt andere berühren möchten.

**Astrologisches Zeichen:** Die Waage ist das Sternzeichen der Beziehungen und Venus, der Planet der Liebe ist die Herrscherin. Die Waage lehrt uns, bezüglich unserer Aufmerksamkeit und unserer Liebe das richtige Maß zu finden zwischen uns selbst und denen, die wir lieben. Die Venus zwingt uns, nach Kontakt, Liebe,

Harmonie und der Zunahme unseres Selbst zu streben.

**Element:** Das Element Luft wird von diesem Chakra beherrscht. Das vierte Chakra steuert auch unsere Lungen, d.h., wie wir Luft – Sauerstoff – in unseren Körper bringen. Die Beziehung zwischen unseren Lungen und unserem Herzen ist lebenswichtig. Ohne den frischen Sauerstoff, den unsere Lungen in unser Herz treiben, könnten unsere roten Blutzellen nicht die Lebenskraft durch unseren gesamten Körper tragen.

**Bewusstsein:** Das vierte Chakra steuert unser alltägliches, bewusstes Leben. Allerdings kommen selbst in der wissenschaftlichsten Person einige vierdimensionale Aspekte von Empathie und Intuition zum Vorschein. Das Herz-Chakra steuert unser Familien- und Gemeinschaftsbewusstsein, und über unser Herz streben wir nach dem Einheitsbewusstsein mit allem Leben und mit Mutter Erde selbst.

Unsere „menschliche Liebe“ kann oft mit Negativität, Angst, Hass und Grausamkeit erfüllt sein. Wenn wir jedoch aus unserem „Hohen Herzen“ wirken können, dann ist unsere Liebe bedingungslos, und wir sind akzeptierend und urteilsfrei. Unser Herz steht vor der Herausforderung, sich mit unserem spirituellen SELBST zu verbinden und seine Liebe anzunehmen, so dass wir den Schaden heilen können, den uns andere zugefügt haben. Aus dem Herzensraum der Heilung und der Selbstliebe heraus können wir dann auch andere lieben.

**Persönliche Zeitlinie:** Dieses Chakra repräsentiert die Lebensphase der/des Heranwachsenden. In der Jugend erschaffen Kinder ihre eigene Identität, und dabei rebellieren sie oft gegen diejenigen, die sie geliebt und angeleitet haben. Sie müssen dann die Qualitäten der Weisheit, Macht und Liebe finden, die sie in ihren inneren und äußeren Wirklichkeiten erfahren haben, um sich zu jener Person zu entwickeln, als die sie leben möchten.

**Soziale Zeitlinie:** Die Zeitepoche, die vom Herz-Chakra am besten repräsentiert wird, ist die Renaissance. Während der Renaissance wurden Kunst und Schönheit nach einem langen und dunklen Zeitalter erneut geboren. Das Konzept der „Nationen“ begann an die Stelle der „Königreiche“ zu treten, und es wurde vorrangig *ein* Gott angebetet.

**Endokrine Drüsen:** Die endokrine Drüse dieses Chakras ist die Thymusdrüse, die der Kern unseres Immunsystems und für unsere Heilung lebenswichtig ist. Oft wurde gesagt, dass „Liebe heilt“. Sowohl das psychologische als auch das physiologische Heilungszentrum befinden sich im Herz-Chakra. Das Herz ist als das Symbol des Lebens bekannt. In metaphysischen Schriften wird gesagt, dass der Atma, der die dreifache Flamme des Lebens ist, bei unserer Geburt aktiviert und bei unserem Tod ausgelöscht wird.

**Nervengeflecht:** Das Nervengeflecht dieses Chakras ist das Herzgeflecht, das die neurologische Nabe für Herz, Lungen und das Blutkreislaufsystem ist. Ohne die Blutzirkulation und den Sauerstoff können wir in unserer dreidimensionalen Welt nicht leben.

**Geklärt:** Wenn unser Herz-Chakra geklärt und im Gleichgewicht ist, dann können wir Liebe, Mitgefühl, Annahme und Erfüllung erfahren. Unser Herz und unser Atmungssystem sind stark und gesund, wir haben ein gutes Immunsystem, und wir fühlen uns ruhig und voller Freude. Wir können sowohl unsere männlichen und weiblichen als auch unsere menschlichen und göttlichen Aspekte im Gleichgewicht halten. Unsere Beziehungen zu unserem SELBST wie auch zu anderen sind glücklich, und wir haben zu unserem Dienst an unserer Familie, unserer Gemeinschaft, unserer Nation und unserem Planeten gefunden.

**Ungeklärt:** Wenn unser Herz-Chakra ungeklärt ist, dann haben wir ein Immundefizit, einen Mangel an Freude, Herzprobleme und Bitterkeit im Leben. Wir sind unsensibel,

emotional verschlossen, passiv und traurig. Wir haben Herz-Kreislauf- oder Atmungsprobleme. Es kann sein, dass wir unter Bluthochdruck, einem Schlaganfall, einem Herzinfarkt oder Asthma leiden. Unser Leben fühlt sich oft unerfüllt an, und wir haben unsere Position in unserer Familie und in unserer Gemeinschaft noch nicht gefunden. Unsere Beziehungen sind lieblos, weil wir unfähig sind, Liebe so zu empfangen, wie wir sie geben sollten. Wir kritisieren und urteilen oft und sind ohne Mitgefühl und freudlos.

**Erd-Chakra:** Das Herz-Chakra der Erde ist der Haleakala auf Maui (Hawaii). Ein Besuch in der grünen Vegetation und der aromatischen Briese von Maui genügt, um zu verstehen, warum es das Herz von Mutter Erde ist.

**Dimensionen:** Das Herz-Chakra steuert das Beta-Wellen-Bewusstsein des dreidimensionalen alltäglichen Lebens und das Alpha-Wellen-Bewusstsein, das die Brücke in die höheren Dimensionen ist. Wenn unser Herz geöffnet ist, dann können wir die Schönheit jeden Augenblicks leben, den Duft jeder Rose riechen, eine Wirklichkeit der Liebe und Harmonie erschaffen und unsere überbewusste Führung mit unserem weltlichen Leben verbinden.

Metaphysisch steuert das Herz-Chakra die Bereiche im Gehirn, die zur Großhirnrinde und dem abstrakten Denken gehören. Diese Bereiche werden am besten aktiviert, wenn wir „in der Spur“ sind, wie wir mit unserer Alltagswirklichkeit fertig werden, und wenn wir uns die Zeit und den Fokus genommen haben, Zugang zu unserem schöpferischen Selbst zu finden.

**Zusammenfassung:** Unser Herz-Chakra bestimmt unsere Fähigkeit, unser Bewusstsein zu erweitern. Solange wir nicht unser Herz für die Liebe öffnen können, kann keine Stufe der Meditation einen Zugang zu den höheren Dimensionen erreichen. Ohne Liebe können wir nicht über die niedrigere astrale Ebene hinausreisen, und unser Bewusstsein bleibt auf die Trennung und Begrenzung unseres Ego-Selbstes beschränkt.

Vor allem anderen ist es die LIEBE, die es uns gestattet, die Treppe zu unserem Beobachter-Selbst hinaufzusteigen und in unserem Leben eine echte Objektivität zuzulassen. Aus einer objektiven Sicht können wir frei von den Wünschen und Leidenschaften des täglichen Lebens werden. Dann können wir frei sein, unsere Bedeutung zu finden, indem wir durch die Entwicklung unseres Bewusstseins fortschreiten von Abhängigkeit – zur Unabhängigkeit – zur Verlässlichkeit.

Wenn unser Herz-Chakra geöffnet ist, ist unser Selbst-Sinn nicht durch unser Ego begrenzt. Sobald wir gelernt haben, unsere männlichen/weiblichen und menschlichen/göttlichen Energien im Gleichgewicht zu halten, erweitern wir unser SELBST vom individuellen Bewusstsein – zum Familienbewusstsein – zu einem Gemeinschaftsbewusstsein – zum nationalen Bewusstsein – zum planetaren Bewusstsein.- Dann sind wir EINS mit der Mutter, mit Lady Gaia, und wir können erkennen, dass wir alles, was wir für irgendjemanden auf dem Körper der Erde tun, für uns selbst tun.

© Awakening with Suzanne Lie

[www.multidimensions.com](http://www.multidimensions.com)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/fourthchakra-heart-chakra-meditation-and.html>

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

## Meditation: Bedingungslose Selbstliebe – Chakra 4 (Herz-Chakra)

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 hineinzubewegen.

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 vermische 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)

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/fourthchakra-heart-chakra-mediation-and.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

~~~~~

## Integration bedingungsloser Liebe

(1.2.2016)

Lieber Leserinnen, liebe Leser,  
 wir werden unsere Meditationen mit dem fünften, dem Kehlkopf-Chakra erst in einer Woche fortsetzen. Der Grund, warum wir in diesem JETZT „eine Pause einlegen“, ist, dass das erste bis zum vierten Chakra sich mehr auf euer eigenes Leben konzentrieren und darauf, wie ihr das „Höhere Licht ANNEHMEN“ könnt. Demgegenüber sind das fünfte bis zum siebten Chakra mehr darauf ausgerichtet, wie ihr eure *Macht im Inneren* erfahren werdet, um diese bedingungslose Liebe in euer äußeres Leben und in euren Planeten, Gaia, zu PROJIZIEREN. Nutzt bitte diese Woche, um euch mit den Texten und den Meditationen zu beschäftigen, die wir euch bereitstellen, um euch ausgiebig dabei zu unterstützen, die bedingungslose Liebe, die ihr in eure ersten vier Chakren bekommen habt, vollständig aufzunehmen und zu integrieren, um euch/euer Selbst auf euren „aktiven Dienst beim planetaren Aufstieg“ vorzubereiten. Wir bitten euch, auch weiterhin euren Prozess in dieser Woche miteinander zu teilen, denn das Einheitsbewusstsein wird lebensnotwendig sein für die Myriaden Wege, in denen IHR eurem lieben Planeten Gaia dient, damit sie euch in eure Höheren Selbstausrücke hinein „mit nach Hause“ nimmt. Seid in bedingungsloser Liebe gesegnet.  
 Die Arkturianer und Suzanne Lie

~~~~~

Botschaft von Suzanne und den Arkturianern (1.2.2016)

Hallo liebe Leser/innen,



wir haben uns entschlossen, JETZT für eine Woche eine Pause einzulegen bei diesem tiefgehenden und Heilungs- und Transmutationsprozess, damit ihr eure Erfahrungen in euren Alltag und euer Selbstempfinden eingliedern könnt. Euer „Selbstempfinden“ ist, wie ihr euch selbst wahrnehmt. Sobald bedingungslose Liebe Chakra für Chakra euren Körper ausfüllt, verändert sich die Art und Weise wie ihr über euch selbst denkt.

Wir Galaktischen sehen die Herausforderung, dass die Menschheit einer Gehirnwäsche unterzogen wurde, dass sie glaubt, sie müsse *Hilfe bekommen*, aber zu wenig in der Lage sei, *Hilfe zu geben*. Bevor ihr „Hilfe geben“ könnt, mag es erforderlich sein, in eurem Heilungsprozess „eine Pause einzulegen“, um euer neues SELBST in euer tägliches Leben zu integrieren.

So wie es Magenschmerzen bereitet, zu viel zu essen, so kann zu viel Eingliederung von bedingungsloser Liebe ein Gefühl der Erschöpfung hervorrufen. Diese Erschöpfung bestand schon VORHER, ihr konntet sie jedoch nicht *fühlen*, bevor ihr euch selbst nicht genügend bedingungslos liebtet, um euch tief auf euer Erdengefäß, das ihr tragt, einzustimmen und zu erfahren, wie ihr euch *wirklich* fühlt.

Eure 3D-Welt hat euch auch an trainiert, darüber hinwegzugehen, wenn ihr müde seid und eine Tablette oder eine andere Substanz zu euch zu nehmen, um euren Körper besser zu ignorieren. Anschließend macht ihr „mit eurer Arbeit tapfer weiter“. Dieses Verhalten ist das Ergebnis der Gehirnwäsche durch die Myriaden der in den Medien eingesetzten Werkzeuge der Illuminaten.

Wir Galaktischen WISSEN, wann es unser JETZT ist, tief in unser multidimensionales SELBST hinzugehen und einen tieferen Einblick in die Energiefelder nehmen, die wir geschaffen haben. Dann können wir tiefer beobachten, wie sich die Menschheit an diese Energiefelder gewöhnt.

Die bedingungslose Liebe, die ihr in euer Herz-Chakra hinein integriert habt, wird euch NICHT sagen, „weiterzumachen“, auch wenn es eurem Körper schaden sollte. Euer physisches Herz, euer Herz-Chakra und euer Hohes Herz, das sich zwischen eurem Herz-Chakra und eurem Kehlkopf-Chakra befindet, repräsentieren den Kern eurer Heilung.

Von daher sind diese Bereiche eures Körpers auf Heilung und NICHT auf Arbeiten ausgerichtet. erinnert euch, dass euer Herz-Chakra auch eure Lungen reguliert. Eure Lungen arbeiten mit eurem Herzen, um lebensspendenden frischen Sauerstoff hereinzubringen, der in das Blut integriert wird, das euer Herz durch euren gesamten Körper zirkuliert.

Ihr alle habt eine tiefe, dauerhafte Heilung in euch *hineingenommen*. Mit eurem Fokus auf euer Herz-Chakra, euer Herz und die Lungen, ist es JETZT angesagt, eine Auszeit zu nehmen. Bleibt bitte auf euer Herz-Chakra konzentriert, während ihr euch „entspannt“ und das „integriert“, was ihr bisher so beherzt angenommen habt.

Man sollte meinen, dass zu viel Angst gefährlich ist, was natürlich zutrifft. Allerdings kann auch zu viel Liebe, vor allem bedingungslose Liebe, verborgene Erinnerungen und Gehirnwäschen freilegen bezüglich dass „ihr es nicht verdient...“. Wie oft in eurem 3D-Leben wurde euch vermittelt, dass ihr etwas oder jemanden nicht verdient?

Vor allem, wie viele Male haben euch euer Fernsehen und andere Werbeanzeigen gesagt, dass ihr nicht *gut genug* seid, es sei denn, ihr ... kauft ihre Seife, nehmt ihre Medizin, werdet schlanker oder nehmt ihre Tabletten. Wir raten euch dringend, dass ihr diesen „Werbeanzeigen“ nicht länger Zugang in euer Gewahrsein gestattet.

Tatsächlich werdet ihr, indem euer eigener innerer Lichtkörper nach und nach unter der Führung der bedingungslosen Liebe zu euch selbst erwacht, viele „Kuren“ und „Lösungen“ innerhalb eurer eigenen Höheren Führung finden.

Diese Kuren und Lösungen sind eine Form tiefer, innerer Heilung, die sich möglicherweise wie Müdigkeit anfühlt. Müdigkeit ist die Art und Weise eures Körpers zu sagen: „Ich muss jetzt eine Pause machen.“ Deshalb schlagen wir vor, dass ihr

euch diese Woche in euer immer weiter ausdehnendes SELBST entspannt, so dass ihr alles, was ihr über euch selbst gelernt habt, besser integrieren könnt.

© Awakening with Suzanne Lie

www.multidimensions.com

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/integrating-unconditional-love-to-read.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Meditation: Der Regen des Höheren Lichts

Atme mehrmals langsam und tief ein und aus, um dein Bewusstsein in die Mitte zu bringen.

Und nun sehe deine Wirklichkeit, wie sie im Augenblick ist.

Fange an mit allen Teilen deines Lebens, die du liebst,
mit allen Personen,
Orten,
Situationen
und Dingen, die du liebst.

Erinnere dich, dass alles in deiner Wirklichkeit Leben hat -
jede Person, jeder Ort, jede Situation und jeder Gegenstand, den du liebst, ist etwas,
was du in deine Wirklichkeit eingeladen hast
als eine Repräsentation deiner Verbindung mit deinem wahren Schöpfer-SELBST.

Fühle diese Lieben deines Lebens in deinem Herzen und lasse zu,
dass diese Energie nach oben in deinen Geist und deine Gedanken fließt
und nach unten durch deinen gesamten Körper
und weiter in den Körper von Gaia, deinem plantaren Selbst.

Halte diese LIEBE fest, während du die Teile deines Lebens betrachtest,
die du transmutieren oder ändern möchtest.

Achte darauf, KEINE Furcht mit diesen deinen Lebensaspekten zu verbinden,
denn das wird deine Fähigkeit, dich mit deinem Schöpfer-SELBST zu verbinden,
unterbrechen.

Erinnere dich: Angst trennt,
aber LIEBE macht weit und vereint.

Indem du so deine Wirklichkeit unter die Lupe nimmst,
erlaube, dass ALLES, was du in deinem Leben LIEBST, sich weiter ausdehnt,
bis es jeden einzelnen Teil deines Lebens einschließt, den du ändern möchtest.
Stelle dir dabei die geliebten Teile deines Lebens wie eine grüne Wiese vor.

Nun sieh die schwierigen Teile deines Lebens wie Löcher in jener Wiese.

Achte darauf, in deinem Prozess auf der bildhaft-symbolischen Ebene zu bleiben,
damit du nicht in Furcht gerätst angesichts der negativen Ladung
deiner "Probleme, die als Löcher in der Wiese symbolisiert sind".

Wisse einfach, dass es in deiner dreidimensionalen Wirklichkeit immer Wiesen und
Löcher
geben wird - Lieben und Ängste.

**Nun stelle dir vor, wie von oben ein Regen höheren Lichts auf deine Wiese
kommt.**

Sieh, wie das höhere Licht die grasbewachsenen Bereiche ausdehnt,
während es die Löcher kleiner und kleiner werden lässt.

Sende das höhere Licht direkt in die Löcher, während du gleichzeitig
diese Löcher mit bedingungsloser Liebe füllst.

Blicke nun wieder zu dem Regen höheren Lichts hinauf und
sehe zu, wie dieses höhere Licht die Löcher in deiner Wiese füllt

und sie in Lichtteiche transmutiert.

Sende in diese Lichtteiche bedingungslose LIEBE.
Beobachte, wie die bedingungslose Liebe über den Lichtteichen glitzert.

Stelle dir vor, wie sich das gesamte Feld, einschließlich der Löcher
- die zu Lichtteichen geworden sind -
erhebt, um sich dem Lichtregen anzuschließen.

**Blicke noch einmal auf die geliebten Anteile deiner Wirklichkeit
und beobachte, wie das, was du geliebt hast,
das zu heilen scheint, was du einst gefürchtet hast.**

Fühle, wie du dir selbst gestattet hast, bedingungslos zu lieben.

Sehe, wie deine bedingungslose Liebe dein Bewusstsein in einen
neuen Ausdruck der Wirklichkeit erweitert hat.

Sende deiner vergangenen Wirklichkeit die bedingungslose Liebe und Dankbarkeit,
die eine große Lehrerin verdient.

Sende dieses Gefühl der Liebe und des Dankens in das, was du loslässt.

Fühle, wie das Senden bedingungsloser Liebe und des Dankens dir dabei hilft,
sämtliche Gewohnheiten von Stress und Angst loszulassen.

Stelle dich an den Rand eines jeden Lichtteiches,
der einst ein niedriger Punkt in deinem Leben war.

Blicke in jenen Teich und sieh, wie sich in ihm die Lektionen widerspiegeln,
die du aus jener Herausforderung gelernt hast.

Bedanke dich für eine gut gelernte Lektion.

Übergebe diese Lektion liebevoll dem Lichtregen.

Suche jeden Lichtteich auf und entferne liebevoll jede "Angst-Verknüpfung",
die einst mit diesem Bereich deines Lebens verbunden war.

Ersetze nun jene "Angst-Verknüpfung" durch eine
neue "Liebes-Verknüpfung".

Diese LIEBES-Verknüpfung gestattet dir, deine Lektionen
in Liebe dem Lichtregen zu übergeben.

Wegen dieses "Regens des Höheren Lichts" wie auch deiner
erweiterten Hingabe, Angst durch Liebe zu ersetzen,

wirst du eines Tages erwachen, und deine alten Probleme sind NUR
die Lehrer geworden, die dich lehrten, wie du die Frequenz deiner Wirklichkeit
anhebst, indem du deine Ängste dem Regen des Höheren Lichts übergibst.

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/01/integrating-unconditional-love-to-read.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Unsere Lichtflügel

Suzanne Lie (3.2.2016)



Es ist interessant, weil es sich anfühlt, als sei es immer so gewesen, und zugleich fühlt es sich auch an, als sei es das erste Mal. Denn wir wissen, dass dieses vermutlich das erste Mal, zumindest auf diesem Planeten, ist, dass die Menschen massenweise sich um eins Gedanken machen, danach streben und sogar daran glauben – und das ist der *Aufstieg*. Jetzt stehen wir am Anfang des Anfangs. Doch wir wissen nicht genau, was geschehen wird, wie es geschehen wird und wann es geschehen wird. Doch wir sind ziemlich zuversichtlich, dass etwas passiert. Dieses Etwas wird uns über jene Wellen des Höheren Lichts geschickt.

Seit Ewigkeiten wird unser Leben in diesem *Jetzt* gelenkt. Deshalb müssen wir hinsichtlich dieser höheren Lichtwellen nichts weiter tun als uns einfach in das Wissen hinein zu entspannen, dass sich etwas zeigen wird, auch wenn wir noch nicht einmal ganz sicher sind, was es ist, geschweige denn, warum das ist. Doch so lange es sich wie bedingungslose Liebe anfühlt, so lange es sich wie Wahrheit anfühlt, machen wir weiter.

Jetzt werden wir das wissen, weil wir so viele Inkarnationen der Indoktrination durchgemacht haben, so viele Inkarnationen, in denen uns *gesagt* wurde, was die Wirklichkeit sei, und wir es geglaubt haben. Wir glaubten, was man uns sagte. Und was man uns *draußen* sagte, schien viel wichtiger zu sein als das, was wir wirklich *im Inneren* fühlten.

Jetzt fangen wir an, uns zu gestatten, unsere Wirklichkeit nicht länger mit unserem 3D-Gehirn, unseren 3D-Sinnen und aus der Sicht dessen, was uns die dreidimensionale Welt sagt, was wirklich sei, zu betrachten. Jetzt können wir die Wirklichkeit auf eine höhere vier- und fünfdimensionale Art und Weise *fühlen*, in der wir irgendwie *wissen*. Wir wissen nicht genau, wie wir es wissen – doch wir wissen. Wir befanden uns in dem Prozess, uns selbst bedingungslos zu lieben – Chakra für Chakra. Und wir sind bis zum *Herz-Chakra* hochgestiegen. Deshalb ist jetzt der Zeitpunkt, darüber nachzudenken, was *anfängt* und was *aufhört*. Unser Herz-Chakra ist das Allererste, das schlägt, das sagt, dies ist eine befruchtete Eizelle, die die Möglichkeit in sich trägt, ein menschliches Wesen zu werden, und es ist das Letzte, das schlägt, wenn wir sterben.

In diesem JETZT geht es also um Anfänge und Beendigungen. Und Anfänge und Beendigungen treten immer gemeinsam auf. Es gibt einen Anfang und ein Ende in unserer Version der Wirklichkeit. Solange wir jedoch nicht unser Bewusstsein auf

diese Wirklichkeit kalibrieren, die „die Wirklichkeit verlagert“, werden wir nichts von diesen „Anfängen und Beendigungen“ wissen.

Wenn wir in der alten Version bleiben, in der uns *die äußere Welt* sagt, was richtig und was falsch ist, dann werden wir dort bleiben. Doch sollten wir es riskieren, unseren eigenen *inneren Gefühlen* zu vertrauen...

Nun, man hat uns nicht gelehrt, unseren eigenen inneren Gefühlen zu vertrauen, und so müssen wir unsere 3D-Programmierung durchbrechen. Wir müssen wissen, dass dann, wenn wir es in unserem Inneren fühlen, und wenn es sich wie bedingungslose Liebe, multidimensionale Absicht und sogar wie ein zufälliges Aufblitzen von unendlicher Weisheit anfühlt – unser Hohes Herz spricht. Und deshalb müssen wir anhören.

Da unser Hohes Herz dauernd mit uns spricht, spüren wir etwas – in dem Teil hinter unserem Herzen – vielleicht ein bisschen höher, vielleicht ein bisschen tiefer – fühlt es sich fast so an, als hätten wir Engelsfügel. Wir fühlen ein Energiefeld, das für unser drei- und vierdimensionales Selbst unsichtbar ist – ABER unser fünfdimensionales Selbst *kann* es wahrnehmen.

Und es fühlt sich so an und sieht auch fast so aus wie *Flügel*. Was es tatsächlich ist, ist der *Ausfluss des hereinfließenden Höheren Lichts*, das in unser Herz-Chakra kommt. Diese Wellen dieses höherdimensionalen Lichts kommen in unser Hohes Herz und in unser Herz-Chakra.

Unser Herz-Chakra ist der Teil unseres physischen Körpers, der das Höhere Licht empfängt. Und unser Hohes Herz ist der höherdimensionale Teil von uns, der die höherdimensionalen Lichtfrequenzen wahrnehmen und annehmen kann und sie zurück in unsere physische Form bringt.

Die Wahrnehmungen unseres Hohen Herzens und unsere fünfdimensionale Wahrnehmung, bei deren Übersetzung und Deutung uns unsere „Lichtflügel“ helfen, ermöglichen uns, die Lichtsprache zu lesen, die in unseren physischen Körper gekommen ist.

Unser Herz und unser Hohes Herz sind auf diesen fünfdimensionalen Lichtfluss kalibriert. Dieses Licht kommt in unser Herz herein und fließt aus unserem Herzen hinaus. In unserem Herzen und in unserem Hohen Herzen erfahren wir, wie das *Hereinfließen* und das *Hinausfließen* verschmelzen.

Dort wo sich die *hereinkommenden Energien* und die *hinausgehenden Energien* treffen, befindet sich ein Punkt, ein Zwischenraum, ein Moment, ein Gedanke, eine mögliche Wirklichkeit, wo das Hereinfließen und das Hinausfließen im Augenblick des *Jetzt* miteinander verschmelzen.

Indem das Hereinfließen und das Hinausfließen verschmelzen – zwischen unserem Herzen und unserem Hohen Herzen, unserem physischen Herzen unter unserem Kehlkopf-Chakra und unserem Hohen Herzen, das sich auf unserer Thymusdrüse befindet, fühlen wir, wie diese beiden Energien anfangen, sich *in uns zu verbinden* – in unserem physischen Herzen und unserem Hohen Herzen. In diesem Moment fühlen wir die „Lichtflügel“.

Haltet euch vor Augen, dass diese Flügel nicht wirklich Flügel sind, sondern der *Ausfluss* des *hereinfließenden* Höheren Lichts. Dieser Ausfluss dient wie ein Antriebsmittel, so wie die Flügel einen Vogel antreiben, dass er fliegen und sich in der Luft halten kann.

Dieser *Ausfluss*, der sich wie Flügel anfühlt, repräsentiert unser Vertrauen in unser SELBST. Wie haben genügend Vertrauen in unser SELBST gehabt, um dieses HEREINfließen des Höheren Lichts zuzulassen und diesem Licht zu gestatten, tief in unser Herz und unser Hohes Herz einzutreten und sich dort unterzumischen. DANN, nachdem es sich tief in unserem Herzen und unserem Hohen Herzen vermischt hat, lassen wir den Ausfluss dieses höheren Lichts zu.

Doch etwas von dem Ausfluss bleibt immer im Herzen zurück, und etwas von dem Hereinfließenden bleibt ebenfalls immer im Herzen zurück, um einen Samen zu erschaffen. Das ist der *Hoffungssamen*. Vertrauen, Hoffnung und Nächstenliebe – und das größte davon ist die Hoffnung.

Wenn ihr keine *Hoffnung* habt, dann könnt ihr nur schwer *Vertrauen* haben. Wenn ihr keine *Hoffnung* habt, dann ist es schwer, *barmherzig* zu sein. Deshalb ist die Hoffnung wichtiger, als es den meisten klar ist.

Diese Hoffnung gestattet uns, unserem SELBST genügend zu vertrauen, dass wir *wirklich* ein Höheres Licht wahrnehmen, dass wir *wirklich* bedingungslose Liebe fühlen, dass wir *wirklich* von einem Violetten Licht umgeben sind,

- das sich durch unsere Aura zu bewegen scheint,
- das mit uns spricht und
- das mit uns arbeitet.

Egal, was uns unser höherer Ausdruck sagt, diese Hoffnung erlaubt es uns, in die Welt hinauszugehen, mit den Informationen des Höheren Lichts zu verschmelzen und jenes Höhere Licht mit unserem Ausfluss zu teilen. Von daher verschmelzen wir mit dem *Empfangen* dieses interdimensionalen Energiefeldes und mit dem *Ausdrücken* dieses interdimensionalen Energiefeldes.

Wir sind an die Dynamik gewöhnt, dass unser SELBST-Ausdruck von unserer vorderen Seite aus nach außen gesendet wird, doch wir sprechen hier davon, dass unser Ausdruck von den „Flügeln“ hinten von unserem Rücken aus nach außen gesendet wird.

Was diese Symbolik in der Lichtsprache bedeutet, ist, dass wir unsere engelhafte Präsenz *in die Pflicht nehmen* müssen. Wir müssen diese bedingungslose Liebe so *leben*, wie wir es als Engel tun würden.

Denn innerhalb dieses „engelhaften Vertrauens“, dieses Zustandes, ein „Engel“ zu sein, können wir tief *fühlen*, wie sich unser Herz dieser Energie öffnet, die durch den Rücken kommt und nicht von vorne, weil wir *keine* Aufmerksamkeit erlangen wollen.

Wir müssen nicht sagen: „Dies ist mein Ausfluss.“ Es ist einfach *der* Ausfluss! Auf diese Weise beginnt das Ego, immer weniger wichtig zu sein. Das Ego wird uns erinnern, wenn es Zeit ist, unsere Rechnungen zu bezahlen oder uns um alle

möglichen dreidimensionalen Bedürfnisse zu kümmern, doch es ist nicht länger wichtiger als das höhere Licht.

Wenn wir in den dreidimensionalen Bedürfnissen feststecken, dann werden wir uns nicht abheben können. Ich weiß nicht, was abheben bedeutet, und ich bin mir auch absolut nicht sicher, wie wir es bewerkstelligen werden. Doch da gibt es dieses Gefühl in mir und in vielen anderen, mit denen ich gesprochen habe. Das Schöne dabei ist, dass jede/r dasselbe auf *ihre/seine eigene* individuelle Art und Weise erlebt. Und jede/r spricht darüber ein wenig anders, doch für uns alle fühlt es sich gleich an.

Dieses Gefühl, dieses Höhere Licht, umgibt unsere Individualität, weil wir „Individuen“ alle in dieser sich immer weiter ausdehnenden Erfahrung der bedingungslosen Liebe und des Violetten Feuers vereint sind, welche in uns herein- und aus uns hinaus fließen.

„Herein und durch uns hindurch“, denn wir sind nicht die Schöpfer/innen des Höheren Lichts, wir sind diejenigen, die dieses Höhere Licht **erden**. Wir sind wie ein Baum, der die Sonnenstrahlen seine Blätter streicheln lässt, sie von Blatt zu Blatt zu den kleinen Blattstielen gleiten lässt und bis zu den größeren Stängeln des Zweiges und schließlich in die Äste und in den Stamm, wo sie nach unten reisen, tief, tief durch den Stamm und tief in die Erde hinein.

Wir erschaffen die Erde nicht. Wir haben das Höhere Licht nicht erschaffen, doch wir erschaffen ein Verschmelzen des Höheren Lichts mit dem Körper von Gaia. Gaia braucht unsere Hilfe, menschliche Hilfe, weil es die Menschen waren, die Gaia den Schaden zugefügt haben.

Die Tiere haben Gaia nicht geschädigt. Die Pflanzen haben Gaia nicht geschädigt. Die Atmosphäre verändert sich, wie sie immer verändert wird, doch der meiste, wenn nicht überhaupt aller Schaden an der Atmosphäre und den Elementen Erde, Luft, Feuer und Wasser der Erde wurde von den Menschen angerichtet. Deshalb ist es menschlicher Unrat, und die Menschen müssen ihn beseitigen.

Und der Weg, diese Elementale der Erde zu „säubern“, besteht darin, dass wir die Elementale *in unserem eigenen Inneren* säubern. Chakra für Chakra, Organ für Organ und Stück für Stück lieben wir uns bedingungslos selbst. Wenn wir uns durch unser gesamtes Chakrensystem bedingungslos selbst lieben, dann wird uns jene bedingungslose Liebe so weit heilen, dass wir das Violette Feuer Chakra für Chakra und Element für Element in uns hineinziehen können.

Indem wir uns selbst Element für Element und Chakra für Chakra transmutieren, *transmutieren wir den Ausfluss*. Das, was aus unserem Herzen und durch unsere Lichtflügel mit der bedingungslosen Liebe hinausfließt, lebt in unserem Inneren und gleitet durch uns hindurch.

Wenn wir bedingungslose Liebe annehmen können, indem wir uns selbst bedingungslos lieben, dann öffnen wir unsere inneren Portale weit, die JETZT auf die bedingungslose Liebe kalibriert sind. Jedes Chakra ist ein Portal, und alle Chakren sind mit unserem persönlichen inneren Portal verbunden.

Indem wir jenes Höhere Licht *annehmen* und zulassen, dass es uns transmutiert, so ähnlich wie das Violette Feuer transmutiert, dann erden wir dieses Höhere Licht in Mutter Erde, die es in unsere Wirklichkeit ausatmen wird, um ihren Transmutationsvorgang zu teilen – von Mensch zu Mensch, von Mensch zu Pflanze, von Mensch zu Tier, von Mensch zur Atmosphäre, von Mensch zu Planet, in jeder Beziehung.

Jetzt können wir unseren „**Hoffnungssamen**“ voll aufblühen lassen. Jetzt haben wir den Mut, verwirrt zu sein, Angst zu haben, zu spinnen, beschäftigt zu sein — und immer noch das Höhere Licht anzunehmen. Wir nehmen das Höhere Licht an, weil wir es einfach tun müssen UND weil wir uns erinnern, dass *wir gesagt hatten, wir würden das tun*.

Nun, nicht alle haben das gesagt, und nicht alle sagten, bevor sie den Körper annahmen:

„Ich bin freiwillig bereit, ein Erdengefäß innerhalb jenes JETZT anzunehmen, so dass ich alle Ausdünstungen, die ich in meinen sämtlichen Inkarnationen in multiplen, parallelen und gleichzeitigen Wirklichkeiten erfahren habe, mit bedingungsloser Liebe heile. Wenn ich dann stark genug bin, dann verspreche ich, die Violette Flamme zu verwenden, um jeden Schatten in das Höhere Licht der fünften Dimension zu transmutieren.“

Wann also sollten wir mit diesem Prozess anfangen?

In der fünften Dimension gibt es kein „Wann“, weil es dort keine Zeit gibt.

Es JETZT ZU TUN, müssen und wollen wir und betrachten es als eine Ehre für uns.

© Awakening with Suzanne Lie

www.multidimensions.com

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/our-wings-of-light-suzanne-lie.html>

Zeichnung: Suzanne Lie

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 5

Suzanne Lie und die Arkturianer
(8.2.2016)

Liebe Leser/innen,

*wir sind mit unserer Reihe zur bedingungslosen Liebe zurück. Offiziell ist es die **6. Woche**, und wir halten jetzt einen Rückblick auf das, was wir bisher erreicht haben. Lest die folgende zusammenfassende Botschaft und konzentriert euch dann auf die Meditation dieser Woche zum **Kehlkopf-Chakra**. (Sue Lie)*

Fünftes Chakra (Kehlkopf-Chakra)



Informationen über das fünfte Chakra

Position: Der Sitz unseres fünften Chakras ist die Kehle.

Blütenblätter: Dieses Chakra steuert die Kreativität/Schöpferkraft und ist das erste Chakra, über das wir mit höheren Wesen in Berührung kommen können. Das Kehlkopf-Chakra hat sechzehn Blütenblätter. In der Numerologie reduziert sich die Ziffer 16 auf eine 7. Sieben ist die Zahl der Analyse, des Verstehens, des Wissens, des Gewahrseins und des Meditierens.

Die Zahl 7 steuert einen inneren Fokus, der lebenswichtig ist, damit die Schöpferkraft keimen kann und damit unser tiefstes ehrliches Selbst mit anderen und mit höheren Wesen kommuniziert. Die Herausforderung der Zahl 7 liegt in den Schwierigkeiten, die durch ein Unbehagen bei unseren inneren Gefühlen begleitet werden, das wir nicht erklären können. Die Zahl 7 nötigt uns, nach innen zu gehen und unseren Gedanken und Gefühlen zu folgen, um einen schöpferischen Ausdruck zu finden.

Note & Mantra: Die Note für das fünfte Chakra ist Gis-Dur, und das Mantra ist „ham“ oder „u“.

Farbe: Die Farbe des Chakras ist ein blasses Blau oder ein Blaugrün.

Regelungen: Das Kehlkopf-Chakra steuert die Sprache, das Hören, die Kommunikation, den Selbstaussdruck, die Anmut und das Hinhören auf das Höhere Selbst. Dieses Chakra nötigt uns, unser „Selbst“ zu finden, es durch unsere Kreativität zu kommunizieren und die Schöpferkraft unserer höheren Emotionen zu nutzen, um unser Bewusstsein in die höheren Dimensionen zu lenken.

Sinnesorgan: Das fünfte Chakra steuert den Hörsinn. So wie wir lernen müssen, unser inneres Selbst zu hören, so müssen wir auch lernen, andere „zu hören“.

Astrologisches Zeichen: Die Zwillinge, und ihr Herrscher Merkur, sind auf die Kommunikation ausgerichtet. Viele Menschen, die ihre Sonne in den Zwillingen haben, haben Spaß an der Schauspielerei und anderen Möglichkeiten kreativer

Kommunikation. Die Zwillinge sind auch sehr analytisch. Ihre zweifache Natur macht sie sehr gesellig und gleichzeitig sehr einsiedlerisch.

Element: Das Element dieses Chakras ist der Äther. Das fünfte Chakra ist das erste Chakra, das von unseren höheren Sinnen gesteuert wird, was die Kraft dieses Chakras auf den Plan ruft, um sich auf Angehörige des Engelreiches zu konzentrieren.

Bewusstsein: Das fünfte Chakra lenkt unser Bewusstsein auf die höheren dritten und vierten Dimensionen. Es wird noch überwiegend durch unseren bewussten Geist gesteuert, hat aber Zugang zum kollektiven Bewusstsein. Wenn dieses Chakra im Gleichgewicht ist, dann ist unser Bewusstsein über das persönliche und das Gruppenbewusstsein hinaus zum „nationalen Bewusstsein“ fortgeschritten.

Persönliche Zeitlinie: Dieses Chakra repräsentiert die Phase des Erwachsenenlebens. In dieser Phase hat sich ein ausreichendes Selbstgefühl herausgebildet, so dass wir voll verantwortlich sind und langfristige Beziehungen eingehen können. Wenn wir uns die Kraft dieses Chakras zunutze machen können, können wir lernen, in uns hineinzugehen und die Quelle unserer Emotionen aufzuspüren. Dann können wir unsere persönliche Erfahrung jemand anderem erfolgreich mitteilen. Die Fähigkeit, nach innen zu gehen und, bevor wir mit anderen in Austausch gehen, uns mit unserer inneren Führung zu verbinden, schafft wahre Intimität, weil sie auf unserer innersten Wahrheit beruht.

Soziale Zeitlinie: Die Zeitepoche, die durch dieses Chakra am besten repräsentiert wird, ist das New Age – unsere gegenwärtige Zeit. In dieser Zeit liegt unsere Herausforderung darin, uns von dem nationalen Fokus auf den planetaren Fokus zu verlagern. Dieses kollektive Bewusstsein nötigt die Individuen im „nationalen Bewusstsein“, ihr Bewusstsein zu erweitern.

Um den Herausforderungen, die vor uns liegen, zu begegnen, wie die Umweltverschmutzung und die Fähigkeit, das Leben, wie wir es kennen, durch einen Atomkrieg zu beenden, wird es Zeit, zu erkennen, dass wir alle in dieser Welt zusammen sind. Wir werden derzeit mit vielen Herausforderungen konfrontiert, die wir uns in der Vergangenheit noch nicht einmal hätten vorstellen können. Wir müssen alle nach innen gehen und unsere höchste Führung anrufen, damit wir ehrlich, wirksam und kreativ/schöpferisch unsere Lösungen zum Ausdruck bringen. Die Verehrung durch dieses Chakra hat sich über den einen männlichen Gott mit den menschlichen Eigenschaften der Wut und der Rache, der weit weg sicher im Himmel wohnt, zu einem Gotteskonzept erweitert, das beide Polaritäten, die männliche wie auch die weibliche, ebenso umfasst wie die gesamte Schöpfung: Gott/Göttin/AllesWasIst.

Endokrine Drüsen: Die endokrine Drüse für dieses Chakra ist die Schilddrüse. Die Schilddrüse ist eine Drüse in Schmetterlingsform, die sich um den vorderen Teil der Luftröhre direkt unterhalb des Adamsapfels schlingt. Sie produziert Hormone, die im Wesentlichen jedes Organ, jedes Gewebe und jede Zelle im Körper beeinflussen. Die Hormone der Schilddrüse regulieren den Stoffwechsel des Körpers sowie die Organfunktionen und beeinflussen den Herzschlag, den Cholesterinspiegel, das Körpergewicht, das Energieniveau, die Muskelkraft, die Hautbeschaffenheit, den Menstruationszyklus, das Gedächtnis und viele andere Zusammenhänge. Mit anderen Worten, die Schilddrüse kommuniziert mit unserem gesamten Körper und hängt sehr stark mit der Steuerung unserer Gesundheit an sich und unserem Wohlbefinden zusammen.

Nervengeflecht: Das Nervengeflecht für dieses Chakra ist das Kehlkopfgflecht. Dieses Geflecht kontrolliert unsere Kehle, unsere Schultern und Arme und die Stimme.

Geklärt: Wenn dieses Chakra klar ist, dann sind unsere Kommunikation, unser Ausdruck, unsere Kreativität, unsere Inspiration und unsere positiven Interaktionen mit anderen gut. Unser Stoffwechsel ist gesund, unsere Cholesterinwerte sind gut, wir haben Lebenskraft, und wir fühlen uns physisch und psychisch stark. Wir fühlen uns angeregt, unser höheres Selbst auszudrücken, und wir führen ein Leben, das durch kreativen Ausdruck und Abwechslung bereichert ist. Unsere Beziehungen gründen auf wahrhaftiger Kommunikation und echter Intimität.

Ungeklärt: Bei einem ungeklärten fünften Chakra haben wir oft Hörprobleme, Probleme mit dem Kehlkopf und/oder der Stimme, mit Husten, Stottern, einem schwachen Stoffwechsel, Schilddrüsenproblemen und der Grippe. Wir fühlen uns kreativ unausgelastet und vielleicht gelangweilt oder selbst langweilend. Es kann sein, dass wir Probleme haben, zu laut zu sprechen, oder Angst haben, etwas auszusprechen. Unsere Beziehungen können unter einer armseligen Kommunikation oder einem Mangel an Intimität leiden. Wir fühlen uns uninspiriert und von unserer geistigen Führung abgeschnitten.

Erd-Chakra: Das fünfte Chakra von Mutter Erde ist der Mt. Shasta in Kalifornien. Mt. Shasta war lange als spiritueller Wirbel bekannt, und dort wurden viele Einkehrtage und Seminare abgehalten. Aus metaphysischer Sicht wird gesagt, dass die Lemurier in der vierten Dimension der unter dem Berg befindlichen Region gelebt haben sollen. Mt. Shasta ist der höchste Berg der Vereinigten Staaten und ein Gipfel der Inspiration.

Dimensionen: Das Kehlkopf-Chakra steuert die höhere dritte und vierte Dimension. Unsere gequälten Emotionen können uns in den Albtraum der niedrigeren astralen Ebene ziehen. Bevor deshalb irgendjemand von uns mit inneren Reisen durch die inneren Ebenen der Wirklichkeit beginnen kann, müssen wir einen „Tunnel“ durch unsere eigene dunkle Seite klären, die in der Unterwelt der niedrigeren Astralebene liegt. Sobald wir das erledigt haben, haben wir unser Bewusstsein einer fabelhaften inneren Welt geöffnet, die wirklich ist, tatsächlich wirklicher als die Welt der Illusionen, die unsere physische Wirklichkeit ist.

Zusammenfassung: Das Kehlkopf-Chakra ist der erste Schritt zum Anerkenntnis, dass wir alle Götter und Göttinnen in Ausbildung sind. Wie ein kleiner Samen, der von einer Blume fällt, kommen wir in die dritte Dimension, um zu lernen, wie wir in unsere eigene Blume wachsen. Wir treffen auf viele schwierige Umstände, denn oft ist der Boden trocken oder unfruchtbar. Indem wir uns jedoch unseren inneren und äußeren Konflikten stellen, wachsen wir in unser höheres schöpferisches Selbst hinein.

Unsere persönliche Kreativität ist durch nichts begrenzt, was gesellschaftlich als Kunstform festgelegt ist. Jeder Bereich unseres Lebens erfordert einen Austausch unserer schöpferischen Kraft. Wie schwer ist es, einen Weg zu finden, ein kleines Kind liebevoll anzuleiten oder mit einem dogmatischen Arbeitgeber umzugehen? Viele mögen sagen: „Ich bin nicht kreativ.“ Nichts könnte weiter entfernt sein von der Wahrheit! Unser Kehlkopf-Chakra enthält die Kraft des schöpferischen Ausdrucks, der unser Geburtsrecht ist. Jeder/jede ist kreativ. Wenn wir unsere Verbindung zu unserem schöpferischen SELBST verloren haben, dann ist das einer der größten Verluste, den wir erleiden können.

Doch natürlich, wie können wir unser inneres Selbst verlieren? Das geht nicht! Wir haben IMMER Zutritt zur Tür zu unserem inneren Selbst. Es sind nur unsere ungeheilten Schmerzen und Ängste, die die Tür verschließen und verriegeln. Wenn wir jene Tür nicht öffnen können, dann müssen wir als Erstes nach jemandem

Ausschau halten, die/der uns helfen kann, mit dem SELBST zu kommunizieren, das in einer/einem jeden von uns wartet.

© Awakening with Suzanne Lie

www.multidimensions.com

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/fifth-chakra-and-unconditional-love.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Meditation: Bedingungslose Selbstliebe – Zusammenfassung bis JETZT (Chakren 1-4)

Segenswünsche euch allen und herzlich willkommen zurück aus der Pause. Von mir kann ich sagen, dass ich mich tiefer in diesen Prozess fallen lassen konnte, und ich hoffe, dass ihr alle die Möglichkeit hattet, euch in diese neue höherdimensionale Version von euch selbst innerhalb dieses Einen im Jetzt fallen zu lassen.

Zur Vorbereitung auf euer Kehlkopf-Chakra, das das Portal zu eurem **höherdimensionalen Selbst** ist, lasst uns einen Augenblick verweilen und noch einmal zum Anfang, zu eurem ersten Chakra, zurückkehren.

Da ihr jetzt euer fünftes Chakra öffnet und es euch möglich ist, euch in höhere Wirklichkeitsbereiche hinein zu bewegen, schlagen wir vor, dass ihr euch viel Zeit nehmt, um euer erstes Chakra tief zu erden – weit, weit, weit, weit hinunter in den Kern von Gaia hinein. Stellt eine Verbindung her mit diesem **Du/Ihr** in Gaias zentralen Kristall hinein.

Und nun steigt auf, auf, auf in euer **erstes Chakra** und geht weiter in euer **zweites Chakra** hinein, das ihr ebenfalls bedingungslos geliebt habt, und lasst zu, dass euer Emotionalkörper erwachsener wird, dass ihr das verwundete Kind heilt und ihn oder sie in das Licht eures täglichen Lebens hineinbringt.

Denn was als Kind gelernt wurde, ist von grundlegender Bedeutung für euer Erwachsensein, weil euer Kind sich an eure Mission erinnert, und allzu oft wurde jene Mission, die wir übernahmen, bevor wir diesen Körper annahmen, mit unserem Eintritt ins Erwachsenenalter vergessen.

Nun suchen wir noch einmal jenes **dritte Chakra** unserer inneren Macht und der Macht über bzw. der Macht im Inneren auf – und wir haben die *Macht im Inneren* gewählt. Denn mit jener Macht im Inneren sind wir in der Lage, die neuen Lichtfrequenzen zu umfassen, die zunehmend in unsere Wirklichkeit eintreten.

Jene Macht im Inneren erweitern wir jetzt bis in unser **Herz-Chakra** hinein, das wir während unserer Pause so erweitert und so gefestigt haben.

Jetzt gehen wir weiter in das **fünfte Chakra**. Das fünfte Chakra ist unser **Portal in die höheren Dimensionen hinein**. Unser fünftes Chakra steuert unsere *Hellsichtig-/Hellfühligkeit* – unsere Fähigkeit, die höhere Stimme zu hören. Es reguliert auch unser physisches Hören und unsere physischen Kommunikationen.

Wenn wir also in dieses fünfte Chakra hineingehen und diesem Chakra unsere bedingungslose Liebe senden, teilen wir auch das Violette Feuer, so dass es lodert, lodert, lodert und jeden Schatten aller angstbehafteten Gedanken, Gefühle und Emotionen, die nicht ausgedrückt wurden, entflammt, und sie müssen nicht mehr ausgedrückt werden, weil sie jetzt mit dem Violetten Feuer entflammt und in Licht, Licht, Licht transmutiert wurden.

Innerhalb dieses Chakras sind wir nämlich nicht nur in der Lage, durch ein Portal zu schauen und unser Herz und all unsere niedrigeren Chakren zu sehen, sondern auch jenes höhere Portal zu öffnen, um unsere höheren Botschaften über unsere Hellhörigkeit zu empfangen und uns mit den höheren Bestandteilen unseres Selbst zu verbinden, das das, was wir sehen, hellfühlig wahrnehmen kann.

Wenn wir uns jetzt einen Augenblick Zeit nehmen, um immer noch unser *Herz-Chakra* zu fühlen, verbinden wir unser **fünftes Chakra, unser Kehlkopf-Chakra**, mit unserem *vierten Chakra, unserem Herz-Chakra*. Denn unser Herz-Chakra ist in ständigem Austausch mit allen Tätigkeiten unsres physischen Körpers.

Und während wir tiefer in dieses Höhere Licht hineingehen, entfalten sich unsere angeborenen Fähigkeiten, die Lichtsprache zu lesen, zu sprechen, zu hören und zu teilen, außerordentlich. Vieles von dieser Lichtsprache werden wir in unserem physischen Körper, in unserem physischen Herzen und ebenso in den niedrigeren Chakren fühlen.

So sind wir in der Lage, alle diese Informationen – nonverbale Informationen, im weitesten Sinne emotionale und spürbare Informationen, die wir von unserem Körper bekommen haben, aufzunehmen, und wir bringen sie in unser fünftes Chakra ein. Unser fünftes Chakra verfügt über die Fähigkeit, diese nonverbalen Informationen in bewusste Gedanken, Emotionen, Niederschriften, Bilder und alle Formen bewussten Teilens unserer Erfahrung zu übersetzen.

Mit dieser Belebung, d.h., mit der bedingungslosen Liebe, die wir teilen, die bisher mit all unseren Körpern geteilt wurde und die wir in unser Kehlkopf-Chakra ausdehnen, können wir diese bedingungslose Liebe nutzen, um jene höheren Botschaften zu unterscheiden. Denn bedingungslose Liebe erkennt bedingungslose Liebe, und bedingungslose Liebe erkennt Täuschung.

Wenn wir also diese bedingungslose Liebe in unser fünftes Chakra bringen, dann können wir sie als *Entschlüsselungs-Mechanismus* nutzen, d.h. als

Entschlüsselungs-Mechanismus, um zuerst die *Energiemuster zu fühlen*, – sind sie auf bedingungsloser Liebe gegründet und auf multidimensionalem Licht? Und wenn die Antwort ein rückhaltloses „Ja“ ist, dann sagen wir: „Bitte, wir sind bereit auf die Botschaft zu hören, die ihr schickt.“

Während wir auf diese Botschaft hören, die uns gesendet wird, sind wir in der Lage, sie hereinzunehmen und den hellhörigen Fähigkeiten unsres fünften Chakras zu übergeben, so dass wir diese höherdimensionalen Botschaften in unsere Alltagssprache übersetzen können.

Über dieses fünfte Chakra ist es uns möglich zu unterscheiden, ob dies eine *wirkliche* Wirklichkeit ist. Unser fünftes Chakra, das von unserer Schilddrüse gesteuert wird, kann sich durch ungeheure Mengen an Informationen hindurcharbeiten und diejenigen Informationen herauspicken, die für unsere Heilung, für unsere weitere Ausbildung sowie für unsere weitere interdimensionale und multidimensionale Ausbildung wichtig sind.

Sind diese Informationen etwas, was wir in die anderen Chakren einbringen können, damit wir einen Zustand der Heilung und des Erwachens zu höheren Lichtfrequenzen aufrechterhalten können, die in unseren Körper und in unser System hineinkommen?

Wir bitten euch nun, einen langsamen, tiefen Atemzug zu nehmen. Atmet direkt in eure Kehle hinein und fühlt, wie diese Kehle, dieses Portal, hören kann, was eure physischen Ohren vielleicht nicht in der Lage sind, wahrzunehmen. Hört also nicht mit euren physischen Ohren, sondern mit den erweiterten kommunikativen Fähigkeiten eures Kehlkopf-Chakras.

Um euer Kehlkopf-Chakra auf diese Fähigkeit vorzubereiten, stellt sicher, dass ihr ihm bedingungslose Liebe sendet. Und während ihr ihm bedingungslose Liebe sendet, sendet euch selbst bedingungslose Vergebung für alles, was ihr dachtet, was ihr hätten tun müssen, und für alles, was ihr nicht getan habt, sowie bedingungslose

Annahme von allem, was bisher in eurem Leben eingetreten ist als Bestandteil eures eigenen Geburtsplans, den ihr für euch selbst geschrieben habt. Vielleicht hat er sich rau angefühlt, doch als ihr diesen Geburtsplan aufgeschrieben habt, wusstet ihr, dass ihr in dieser besonderen Inkarnation in euren Lichtkörper aufsteigen wolltet. Und ihr wusstet, dass ihr die Fähigkeit haben würdet, einen Weg zu finden, euch selbst bedingungslos zu lieben und diese große Macht der bedingungslosen Liebe für euch selbst zu nutzen, so dass ihr mit der Herausforderung würdet umgehen können, durch Situationen hindurchzugehen, die ihr vorher als zu fordernd und zu ängstigend empfunden hättet.

Doch nun steht ihr im Austausch mit eurem höheren Selbst. Nun könnt ihr den Pfad dazwischen sehen – zwischen dem, was ihr vielleicht hättet getan haben sollen und dem, was ihr vielleicht nicht tun möchtet.

Und ihr könnt jenen Weg finden, jenen Strahl bedingungsloser Liebe und multidimensionalen Lichts, so dass ihr sagt: „**Ich bin bereit, diesen Weg zu gehen. Ich bin bereit, diese Herausforderungen auf mich zu nehmen. Ich bin bereit, jenes Ich zu sein, das zu sein ich gewählt habe, bevor ich diese Inkarnation annahm.**“

Gestattet euch nun, diesen Satz, diese Verfügung in eurem Herzen zu behalten.

Gestattet auch dieser Verfügung, dass sie sich selbst über alles, was ihr hört und alles, was ihr sagt, mitteilt.

Erlaubt diese Verfügung, dass **ihr bereit seid**, den Vertrag zu erfüllen, den ihr niederschriebt, bevor ihr diese Inkarnation annahmt. Ihr könnt den großen Mut fühlen, den ihr bei der Niederschrift hattet.

Als ihr diesen Vertrag schriebt, wart ihr euer höherdimensionales Selbst. Wenn ihr also dieses fünfte Chakra öffnet und mit eurer bedingungslosen Liebe füllt, bringt eure Hellhörigkeit ein, bringt eure Fähigkeit ein, mit eurem eigenen höheren Selbst-Ausdruck zu verkehren und zu kommunizieren.



VERFÜGUNG DES FÜNFTEN CHAKRAS

Anm.: Die englische Textvorlage enthält ebenfalls die Wiederholungen.

Um nun euer **Kehlkopf-Chakra** für diese Fähigkeit vorzubereiten, stellt sicher, dass ihr ihm bedingungslose Liebe sendet. Und während ihr ihm bedingungslose Liebe sendet, sendet euch selbst bedingungslose Vergebung für alles, was ihr dachtet, was ihr hättet getan haben sollen oder nicht getan habt, sowie ein bedingungsloses Annehmen von allem, was bisher in eurem Leben eintrat als ein Bestandteil eures eigenen Geburtsplans, den ihr für euch selbst geschrieben habt.

Vielleicht hat er sich rau angefühlt, doch als ihr diesen Geburtsplan aufgeschrieben habt, wusstet ihr, dass ihr in dieser besonderen Inkarnation in euren Lichtkörper aufsteigen wolltet. Und ihr wusstet, dass ihr die Fähigkeit haben würdet, einen Weg zu finden, euch selbst bedingungslos zu lieben und diese große Macht der bedingungslosen Liebe für euch selbst zu nutzen, so dass *ihr* mit der Herausforderung würdet umgehen können, durch Situationen hindurchzugehen, die ihr vorher als zu fordernd und zu ängstigend empfunden hättet.

Doch nun steht ihr im Austausch mit eurem höheren Selbst. Nun könnt ihr den Pfad dazwischen sehen – zwischen dem, was ihr vielleicht hättet getan haben sollen und dem, was ihr vielleicht nicht tun möchtet.

Und ihr könnt jenen Weg finden, jenen Strahl bedingungsloser Liebe und multidimensionalen Lichts, so dass ihr sagt:

„Ich bin bereit, diesen Weg zu gehen.

Ich bin bereit, diese Herausforderungen auf mich zu nehmen.

Ich bin bereit, jenes „Ich“ zu sein, das zu sein ich gewählt habe, bevor ich diese Inkarnation annahm.“

Gestattet euch nun, diesen Satz, diese Verfügung in eurem Herzen zu behalten. Und gestattet dieser Verfügung, dass sie sich selbst über alles, was ihr hört und alles, was ihr sagt, mitteilt.

Erlaubt diese Verfügung, dass **ihr bereit seid**, den Vertrag zu erfüllen, den ihr niederschreibt, bevor ihr diese Inkarnation annahmt. Ihr könnt den großen Mut fühlen, den ihr bei der Niederschrift hattet.

Als ihr diesen Vertrag schreibt, wart ihr euer höherdimensionales Selbst.

Wenn ihr also dieses fünfte Chakra öffnet und mit eurer bedingungslosen Liebe füllt, bringt eure Hellhörigkeit ein, bringt eure Fähigkeit ein, mit eurem eigenen höheren Selbst-Ausdruck zu verkehren und zu kommunizieren.

Nun erinnert euch, wenn ihr euch normal mit jemandem treffen wollt, dann macht ihr einen bestimmten Zeitpunkt aus, vereinbart einen bestimmten Treffpunkt und macht euch eine Notiz über jene Verabredung.

Deshalb bitten wir euch, jede/n von euch, jetzt in euer Notizbuch, in euren Kalender den Vermerk einzutragen: ‚Ich werde jeden Tag zu „dieser bestimmten“ Zeit mit meinem PC, meinen Mal-Utensilien, meinen Schreibunterlagen oder meinem Aufnahmegerät an „diesen bestimmten“ Ort gehen und kraft meiner höheren Stimme sagen:

**»Lieber Einer/liebe Eine, ICH BIN innerhalb dieses Jetzt bereit,
eine fortlaufende tägliche Kommunikation mit dir – meinem
höheren Selbst-Ausdruck – zu beginnen.«**

Ich verspreche dir, meinem höheren Selbst-Ausdruck, dass ich diese Informationen dokumentiere, so dass sie in den Körper von Gaia hinein geerdet werden. Und indem ich diese Informationen dokumentiere, verspreche ich auch, dass ich meine Stimme, meine höhere Stimme, benutzen werde, sei es durch meine Worte oder durch mein Singen, durch mein Schreiben, durch meine Kunst – durch alle meine Ausdrücke meiner Schöpferkraft.

Ich werde diese Informationen mit anderen teilen. Ich bin **wichtig**. Was ich zu teilen habe, ist **wichtig**. Das weiß ich, weil mein Höheres Selbst mich daran erinnert, dass ich **wichtig** bin.'

Segenswünsche – Segenswünsche für mich. Ich liebe mich selbst bedingungslos.

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/fifth-chakra-and-unconditional-love.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 6

Suzanne Lie und die Arkturianer
(15.2.2016)

Liebe Leser/innen,

*wir haben unser personales Selbst hinter uns gelassen, das durch die ersten fünf Chakren repräsentiert wird, und uns in unser multidimensionales Selbst hineinbewegt, das durch das sechste und siebte Chakra repräsentiert wird. Deshalb wird es bei den Meditationen, diese Chakren bedingungslos zu lieben, weniger um unser **persönliches Selbst** gehen, sondern mehr darum, die bedingungslose Liebe, multidimensionale Kraft und unendliche Weisheit unseres **WAHREN multidimensionalen Selbst** zu entdecken, freizusetzen und zu leben. Danke euch allen, dass ihr diesen Prozess durch eure Kindheit und euer Erwachsenenalter in euer wahres multidimensionales SELBST hinein fortführt.*

Suzanne Lie

Sechstes Chakra (Das Dritte Auge)



Informationen über das sechste Chakra

Ein Kreis umrundet die Symbole der ersten fünf Chakren. Bei dem sechsten und dem siebten Chakra ist das nicht der Fall, weil diese beiden Chakren die Erweiterung unseres Bewusstseins über den begrenzenden „Kreis“ unseres dreidimensionalen Selbstes hinaus repräsentieren.

Position: Der Sitz des **sechsten Chakras**, manche nennen es das **Stirn-Chakra**, ist in der Mitte der Stirn zwischen den Augen.

Blütenblätter: In diesem Chakra sind **sechsendneunzig** Blütenblätter. Wenn das Dritte Auge geöffnet ist, beschleunigt sich ihre Drehbewegung bis zu einem starken Wirbel.

Note & Mantra: Die Note für dieses Chakra ist das hohe A, und das Mantra ist „aum,,, „om“ oder „mmm“. Das Mantra „om“ wird in vielen Traditionen benutzt, um das Thetawellen-Bewusstsein zu erreichen.

Farbe: Die Farbe des Stirn-Chakras ist **Indigo**. Die Kinder, die jetzt geboren werden, heißen die „Indigo-Kinder“, weil sie mit ihrem voll geöffneten Dritten Auge geboren werden. Es wird für uns eine Herausforderung sein, diese Kinder vor unserer gefährlichen Welt zu beschützen, bis sie alt genug sind, um unsere Führer/innen zu werden.

Regelungen: Das dritte Chakra steuert unsere **Vorstellungskraft und Imagination**, und es ist mit den Teilen unseres Bewusstseins verbunden, die sich mit einer spirituellen Sicht des Lebens beschäftigen. Dieses Chakra wird manchmal auch als der Sitz des Geistes betrachtet, weil es in der Lage ist, uns Informationen zu liefern über die Motivationen, die Handlungen zugrunde liegen. Durch das sechste Chakra können wir das äußere Theater des Lebens von einem inneren Blickwinkel aus

betrachten. Die innere Sicht wird ebenfalls durch dieses Chakra gesteuert. Durch Meditation auf unser Stirn-Chakra können wir eine große Inspiration und Vision für unseren Lebenszweck und unser Schicksal erhalten.

Dieses Stirn-Chakra steuert unsere Schlaf-Träume. Es gibt drei Arten von Träumen:

1 Unsere **unbewussten Träume**, die alte Themen aus unserem Unterbewussten hochbringen, damit wir ein klareres Verständnis darüber erhalten, wie wir uns wirklich fühlen, anstatt wie wir uns fühlen „sollten“. Diese Träume können wir als Alpträume wahrnehmen oder als Gelegenheiten, uns unserer eigenen Dunkelheit bewusst zu werden, damit sie geheilt und losgelassen werden kann.

2 Unsere **bewussten Träume**, die oft Generalproben sind für das, was wir in unserem Wachleben tun oder zu tun versuchen. Nach solchen Träumen kann es sein, dass wir uns so müde fühlen, als hätten wir die ganze Nacht gearbeitet, und in gewissem Sinn haben wir das ja auch getan.

3 Unsere **überbewussten Träume**, die es uns gestatten, tatsächlich wache Reisen durch die inneren Ebenen zu unternehmen. Es ist wichtig, diese Träume zu deuten und sie in unser tägliches Leben zu integrieren, weil sie tatsächlich eine spirituelle Führung beinhalten.

Selbst ein Traum, der nicht erinnert wird, löst psychische Spannungen. Forschungen haben gezeigt, dass Menschen, die genügend Schlaf erhielten, aber vom Träumen abgehalten wurden, desorientiert und psychologisch verwirrt wurden. Es ist noch viel förderlicher, wenn wir lernen, und an unsere wichtigen Träume zu erinnern, weil sie uns wichtige Informationen über unser SELBST geben.

Es gibt zwei wirksame Arten, uns an unsere Träume zu erinnern. Die eine besteht darin, uns beim Einschlafen zu sagen: „Ich werde mich an meine Träume erinnern.“ Die andere ist, uns am anderen Morgen vor dem Öffnen unserer Augen unseren Traum zu erzählen. Diese Aktivität befördert die Träume aus unserer imaginären rechten Hirnhälfte in die Sprachzentren der linken Hirnhälfte. Dann können wir den Traum lange genug erinnern, um ihn aufzuschreiben. Manche Träume lassen sich leicht behalten und verfolgen uns regelrecht, bis wir sie so lange bearbeiten, bis wir ihre Bedeutung voll verstehen.

Sinnesorgan: Die letzten beiden Chakren steuern unsere höheren Sinne. Das sechste Chakra steuert unseren telepathischen Sinn, unsere Empathie, außersinnliche Wahrnehmungen und all die anderen Fähigkeiten, die latent in den 85% unseres Gehirns lagern, die wir normalerweise nicht benutzen.

Astrologisches Zeichen: Der ganzheitliche Gedanke und die Verwirklichung innerer Korrelationen durch Schütze/Jupiter, der göttlich inspirierte Gedanke, höheres Wissen und Intuitions-Blitze von Wassermann/Uranus sowie die Vorstellung, Intuition und Zugang zu inneren Wahrheiten durch die Hingabe von Fische/Neptun steuern dieses Chakra.

Element: Die Elemente für diese beiden letzten Chakren sind ebenfalls metaphysisch bzw. jenseits des Physischen. Das sechste Chakra beherrscht die spirituelle Vision und den inneren Klang.

Bewusstsein: Dieses Chakra steuert die Ausweitung unseres dreidimensionalen Bewusstseins, so dass es unsere bewusste Wahrnehmung der vierten Dimension umfasst. Diese bewusste Wahrnehmung der vierten Dimension bedeutet, dass wir unsere inneren Reisen erinnern, egal ob im Schlaf oder in der Meditation. Es bedeutet auch, dass wir lernen, wie wir die Inspiration, die Erleuchtung und das Wissen, das wir gewonnen haben, in unser alltägliches physisches Leben integrieren.

Persönliche Zeitlinie: Das Stirn-Chakra repräsentiert die Lebensphase, in der wir selbstverwirklichte Erwachsene sind und gelernt haben, mit unserem erweiterten

SELBST und mit anderen in Harmonie zu leben. Da wir in der dritten Dimension leben, bedeutet das nicht, dass wir keine Probleme mehr hätten, aber wir sehen sie nicht mehr als „Probleme“. Wir erfahren vielmehr die Schwierigkeiten des Lebens als Initiationen, durch die wir wachsen und unser Bewusstsein erweitern können. Wir erkennen, dass unser wahres Selbst ein multidimensionales Wesen ist, das ein Hologramm seiner Essenz in die niedrigeren Dimensionen gesponnen hat, um Erfahrungen zu sammeln. Unsere/unser selbstverwirklichte/r Erwachsene/r fühlt sich in Einheit mit AllemWasIst und ist sich der Verantwortungen dieser Einheit bewusst.

Soziale Zeitlinie: Die Zeitepoche, die durch dieses Stirn-Chakra am ehesten repräsentiert ist, ist die hoffnungsvolle nahe Zukunft. Wenn wir die Herausforderungen von heute überleben und uns mit dem Bewusstsein der Erde, mit Lady Gaia, verbinden können, werden wir die tiefgründige Einheit der planetaren Bevölkerung erfahren. Zum augenblicklichen Zeitpunkt sieht diese Möglichkeit ein wenig düster aus, doch wir müssen uns daran erinnern, dass die Nacht am dunkelsten ist, bevor die Dämmerung anbricht.

Seit vielen Jahrzehnten ist uns gesagt worden, dass wir uns jetzt in ein Goldenes Zeitalter hineinbegeben, in dem wir in ständiger Vereinigung mit unserem multidimensionalen Selbst leben. Viele unter uns hatten diese Erfahrung im Jahr 2001, aber noch viel mehr hatten sie nicht. Wenn wir bewusst mit Gott/Göttin/AllemWasIst verschmelzen und uns jenem Einssein hingeben können, werden wir von der Angst vor diesem Hologramm befreit und wählen diejenige Wirklichkeit, in der wir wissend zur vier- und fünfdimensionalen Erde weitergehen.

Endokrine Drüsen: Die endokrine Drüse für das sechste Chakra ist die Hypophysen (Hirnanhangdrüse). (Suzanne Lie verweist an dieser Stelle auf einen Artikel „Das Öffnen des Dritten Auges, K.E.)

Nervengeflecht: Das Nervengeflecht für dieses Chakra ist das sympathische Nervengeflecht um die Halsschlagader, das die Gesichts- und Nebenhöhlennerven sowie das Sehen und Hören beeinflusst.

Geklärt: Wenn dieses Chakra geklärt ist, dann gibt es eine Verbesserung der intellektuellen und medialen Fähigkeiten. Unser Gedächtnis ist gut und unsere Wahrnehmungen sind zutreffend. Durch unsere Fähigkeit, bewusst in die höheren Dimensionen unserer inneren Wirklichkeit zu reisen, wird unsere Visualisierungsfähigkeit verstärkt und unsere Vorstellungskraft erweitert, so dass wir in der Lage sind, unsere Visionen und Vorstellungen in unsere äußere Welt hinein zu projizieren. Unsere Nebenhöhlen sind klar, und unser Hören und Sehen wird durch unsere Fähigkeit verstärkt, unsere angeborenen inneren Sinne zur Verstärkung der Informationen durch unsere fünf physischen Sinne hinzuzuziehen.

Ungeklärt: Wenn das sechste Chakra ungeklärt ist, dann fällt es uns schwer, in unserem Leben einen Fokus zu finden. Wir können Probleme mit unserer geistigen Gesundheit haben, es kann sein, dass wir uns von anderen fernhalten, und wir leiden unter einem intellektuellen Stillstand. Wir können unter Kopfschmerzen leiden und uns im Kopf nicht klar fühlen sowie Probleme mit den Nebenhöhlen und/oder Seh- und Hörprobleme haben.

Erd-Chakra: Es ist passend, dass das zugehörige Erd-Chakra im Himalaya, in Tibet, liegt, weil dies die Region ist, die immer der Bewusstseinsweiterung sowie Reisen in die inneren, höheren Ebenen der Wirklichkeit Bedeutung beimaß.

Dimensionen: Das Stirn-Chakra steuert die Thetawellen unseres erweiterten Gewahrseins sowie auch unsere intellektuelle und mediale Kompetenz. Dieses Chakra repräsentiert unsere bewusste Erforschung der höheren Dimensionen, die wir in unserem SELBST gefunden haben. Durch Meditation auf das sechste Chakra

können wir unser Gewahrsein öffnen, so dass es die vierte Dimension bis hinauf zur Schwelle der fünften Dimension umfasst.

Zusammenfassung: Das sechste Chakra repräsentiert den ersten Schritt unserer Reise nach Hause. Sobald dieses Chakra geöffnet ist, werden unsere höheren Sinne aktiviert, und unsere Wahrnehmungen des Lebens erweitern sich. Wir können uns nicht länger durch die physischen Regeln der Trennung von anderen und vom SELBST begrenzen. Das physische Leben werden wir niemals wieder so wie vorher erleben, weil wir uns nicht mehr auf die „Schubladen“ des weltlichen Lebens begrenzen können.

Unsere Reise hat begonnen, und wir werden *Göttliche Unzufriedenheit* erfahren, sollten wir versuchen, uns von unserem größeren Leben abzuwenden. Zum Glück besteht die Belohnung darin, dass sich unsere Schöpferkraft/Kreativität außerordentlich verbessert, indem wir unseren inneren Schatz an Inspiration und Erleuchtung anzapfen. Jetzt suchen wir nach den Antworten im Inneren, und wir nutzen äußere Quellen zur Überprüfung und nicht als unsere einzige Quelle für Informationen. Die Tür zur fünften Dimension steht weit offen, und wir fühlen uns versucht, einzutreten.

Das weltliche Leben ruft uns, wie bisher weiterzumachen, doch wir KÖNNEN ES NICHT. Wir sind anders, und dieses Anderssein muss in unserer äußeren Welt ausgedrückt werden, damit wir Frieden finden. Wir suchen, innen und außen, um ein Leben zu finden, das in diese neue Resonanz passt, die wir im Inneren gefunden haben. Arbeitsplätze wechseln, Freunde wechseln und Beziehungen verändern sich. Schließlich finden wir neue Arbeitsplätze, Freunde und Beziehungen, die unser größeres Selbst akzeptieren und wertschätzen können, und es gibt zum Glück diejenigen, die unsere treuen Gefährt(inn)en bleiben. Mit unseren erweiterten Ressourcen finden wir andere, die uns helfen, so wie umgekehrt wir anderen helfen. Wir haben uns auf unseren Weg zur Seele begeben, und wir gehen nach Hause – nach Hause in unser/unserem SELBST.

© Awakening with Suzanne Lie

www.multidimensions.com

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Meditation: Bedingungslose Selbstliebe für uns /unser Selbst - Chakra 6 (Das Dritte Auge)

Ich erfahre, wie ich irgendetwas in mir wiedererkenne, von dem ich weiß,
dass es immer da gewesen ist, das ich aber nicht erklären kann.

Ich weiß NICHT, was ich hier erkläre, doch ich denke, es ist ein *Gefühl*.
Wie erklärt man ein Gefühl? ... Zumal sich dieses Gefühl nicht menschlich anfühlt,
zumindest fühlt es sich nicht wie das eines dreidimensionalen Menschen mit
all jenen Begrenzungen an.

Vielleicht, d.h. hoffentlich, ist es ein „Ich“, das sich in einer Frequenz des Übergangs
zwischen der dritten Dimension und der fünften Dimension befindet.

Ja, das ist es. Es ist so, als würde ich mich an etwas erinnern, was ich versucht
hatte, zu vergessen. Ich weiß nicht, warum ich diese Art der Wirklichkeit zu
vergessen versuchte, denn ihr Schimmer ist von einer ganz besonderen Art.

Allerdings kann ich nicht sagen, dass ich mir bei diesem Gefühl sicher bin.
Tatsächlich ist es so, je mehr ich über dieses Gefühl weiß, desto mehr weiß ich,
dass ich nichts weiß.

Ich hatte Unterweisungen, Intuitionen, Übertragungen, wie immer ich es jetzt nenne,
dass sich etwas in meinem Inneren formt. Dieses „in meinem Inneren“ bedeutet
lediglich, dass ich es mir schließlich zu eigen mache, dass jede/r, die/den ich höre,
jede/r, die/den ich channelle, jede/r, über die/den oder der/dem ich schreibe,
jede/r, die/den ich erfahre, eine **Version von „mir“** ist.

Was wäre, wenn alle diese Versionen, alle diese Lebenszeiten, alle diese möglichen
Wirklichkeiten in das JETZT hineinkämen?

Was wäre, wenn all die Dinge, die wir durch die Zeit getrennt haben, **ineinander zu
fließen** begännen? Wie würden sie sich fühlen?

Wir waren in der Lage, die Herausforderungen der dritten Dimension voneinander zu
trennen, indem wir sie in mundgerechte Teilchen teilten. Diese Taktik hat jedoch
noch mehr Illusionen hervorgebracht, weil Einheit der Schlüssel ist, der die Tür zu
dem Puzzle öffnet, dass wir in unserem alltäglichen Leben unser multidimensionales
Selbst werden.

Es gehörte zum Plan, dass wir alle getrennte individuelle Leben und Interessen
wählten, so dass jede/r von uns ihr/sein eigenes Teilchen aus einem größeren
Puzzle besaß.

**Doch nun werden unsere Puzzleteilchen aufgerufen, sich in dem Ganzen von
Gaias beseeltem Wesen zu verbinden.**

Als wir vor unzähligen Leben mit diesem Puzzle begannen, dachten wir nur an
Menschen, die wie wir aussahen und unsere Sprache sprachen, sofern wir eine
hatten, denn wir lebten alle in einer kleinen Höhle zusammen. Und selbst damals
hatten wir getrennte Höhlen von getrennten Stämmen.

Nun müssen wir erkennen, dass wir diese Gewohnheit jetzt ablegen müssen,
denn in unserem Inneren unterscheiden wir uns nicht voneinander.
Wir sind dasselbe Wesen und tragen lediglich verschiedene Kostüme, die wir für

unseren physischen Körper halten.

Manche dieser Kostüme sind noch nicht einmal menschlicher Natur. Manche dieser Kostüme sind Wale und Delfine, manche dieser Kostüme sind Felinen (Katzen), manche dieser Kostüme sind Kaninen (Hunde), manche dieser Kostüme sind reptiloid oder insektenartig. Die Liste lässt sich unendlich fortsetzen.

Es ist JETZT angesagt, diese Kostüme abzulegen und **ALLE als reines Bewusstsein,**

als *reines Licht* und als *reinen Geist/Spirit* zu sehen.

Wieso ist es gesellschaftlich *anerkannt*, eingeschüchtert, deprimiert, verängstigt oder krank zu sein, während es gesellschaftlich *unakzeptabel* zu sein scheint, ein Mitglied unseres eignen multidimensionalen SELBST zu sein.

Was wäre, wenn wir völlig aufrichtig wären und sinngemäß sagten: „Hi, hallo, mein Name ist Sue Lie, und ich bin ein Mensch, bin Arkturierin, Plejadierin, habe etwas von Sirius, und ein wenig von Dracon und auch Zeta. In mir sind ebenfalls starke Züge von Antares und ein Spritzer von Andromeda. Und, oh ja, derzeit trage ich eine dreidimensionale menschliche Form auf einem kleinen Planeten namens Erde.“

Es scheint, als sei die Erde ganz aufgeregt, weil die Angehörigen dieses Planeten anfangen, die Möglichkeit des persönlichen und planetaren Aufstiegs in Betracht zu ziehen. Natürlich ist das nur ein ganz kleiner Prozentsatz jener Menschen, weil viele andere denken, dass sie nur menschlich seien.

Ich hoffe, sie sind nicht zu bestürzt, wenn sie herausfinden, dass das nicht stimmt. Ich kann mir nur ausmalen, wie furchterregend es für diejenigen sein wird, die Angst haben, die Arbeit, die sie hassen, zu wechseln, wenn sie akzeptieren müssen, dass sich ihre gesamte Wirklichkeit verändert.

Jetzt erkenne ich, was sich in meinem Inneren verändert. Ich kann mich einfach nicht länger verstecken. So sehr ich in meinem Blog sehr ungewöhnliche Dinge sagen kann, halte ich mich sonst gewöhnlich zurück – einfach ein wenig. Ich versuche, ein wenig herunterzugehen, damit die Menschen nicht verängstigt und verstört werden.

Doch die Menschen, die vor Veränderung Angst hatten, werden noch viel mehr Angst haben, *wenn sie nicht erkennen, dass etwas anders ist.*

Nein, es ist nicht physisch, es ist jedoch psychologisch und spirituell.

Doch im selben JETZT ist es alles das gleichzeitig zusammen.

Es ist so als würden wir durch ein Reset/ein Zurücksetzen in die Ausgangslage gehen. Genauso wie sie, wo und wer auch immer sie sind, über das finanzielle Reset reden, sind einige von uns mehr mit einem Bewusstseins-Reset beschäftigt.

Anstatt zu versuchen, das zu bekommen, was wir in der dritten Dimension immer haben wollten, möchten wir nun jenem Gefühl folgen, das tief in unserem Inneren und überall um uns herum ist.

Wenn wir müde, krank, niedergeschlagen, schläfrig oder hungrig sind, – mit anderen Worten, wenn unsere Erdengefäße unsere Aufmerksamkeit brauchen, vergessen wir dieses neue Gefühl. Ja, es ist ein neues Gefühl.

Für uns jedoch, die wir bereits auf diesem Weg waren, unsere fünfdimensionale Wahrnehmungen zu erkennen, fühlt sich dieses Gefühl sehr alt an. Es fühlt sich an, als sei es immer dagewesen. Doch es ist erst JETZT, dass wir es erkennen.

Wir wissen nicht immer, **wie**, **warum** etwas bzw. **was** überhaupt anders ist. Doch in unserem Inneren fühlen wir etwas in unserem Kern, das wir noch nie zuvor gefühlt haben. In keiner unserer Myriaden Wirklichkeiten und Myriaden Zeitlinien haben wir diese Erfahrung gefühlt, es sei denn, wir hatten die große Ehre, die persönliche Erfahrung eines menschlichen Aufstiegs zu machen.

Natürlich waren wir dann nicht länger *nur menschlich*, genau wie JETZT. Doch wir trugen ein menschliches Erdengefäß. Deshalb glaubten wir, bloß menschlich zu sein. Und was wir glauben, das nehmen wir wahr.

Es braucht sehr viel Mut, die volle multidimensionale Perspektive des Lebens zu sehen, während wir immer noch unser Erdengefäß tragen. Wir müssen jedoch zu jenem Maß bewussten Gewahrseins unseres wahren Selbst kommen, wenn wir diese Transmutation in unseren wahren fünfdimensionalen Lichtkörper vollziehen wollen.

Hier sind wir also in diesem JETZT – in diesem Bewusstseinszustand, in dem wir wissen, dass etwas sehr anders geworden ist. Und wir sind hier, zu erkennen, dass jede/r von uns einfach weiß, was wir wissen.

Wir sind Puzzleteilchen, die wir untereinander vereinen müssen, damit wir alle unsere Puzzleteile nehmen und zusammenfügen können, um dieses vollständige Bild

von dem zu erhalten, was sich derzeit innerhalb unserer Wirklichkeit ereignet.

Was noch wichtig zu beachten ist, ist, dass sich unsere Wirklichkeit so schnell verändert, dass wir uns an keine gegebene Version unserer persönlichen oder gar unserer möglichen Wirklichkeit anbinden können, oder wir würden „den Anschluss verpassen“ an diese neue Wirklichkeit, die wir in uns selbst erschaffen.

Wir sind alle gleich wichtig. Wir sind alle die Kieselsteine, die die Küste erschaffen aus den Millionen Sternen, die den Himmel erfüllen. Wir sind alle die Erde und wir sind alle Geist/Spirit. Wir sind alle Gaias Geist/Spirit, und Gaias Geist/Spirit besteht aus uns allen.

Wir sind die Personen, die diesen Planeten, der unser Zuhause ist, bedingungslos lieben. Und wenn wir zu unseren Sternenschiffen zurückkehren, die wir so unbeschreiblich vermissen, dann werden wir uns alle in der Holo-suite (*ein besonderer 3D-Projektionsraum auf dem Schiff, K.E.*) der dreidimensionalen Erde treffen, um uns gegenseitig zu berichten, was für eine großartige Arbeit Gaia als Planet geleistet hat. Wir werden lachen und uns erzählen, wie wir Menschen als Hüter des Landes vorgesehen waren und wie einige von uns Menschen in der Lage waren, sich zu erinnern, dass Gaia unsere Erdenmutter war.

Ja, natürlich liebt jede/r, der an dieser Übertragung Interesse hat, Mutter Gaia und gibt ihr/sein Bestes, um Gaia gegenüber den Vertrag zu erfüllen, dass du, dass ihr, dass WIR uns JETZT in diesem Prozess der Erfüllung befinden, in dem wir unsere geliebte dreidimensionale Gaia in ihren vierdimensionalen und in ihren fünfdimensionalen Ausdruck transmutieren.

Wir erinnern uns, dass wir in unsere derzeitigen 3D-Erdengefäße gekommen sind, um Gaia auf jede erdenkliche Weise zu unterstützen, denn wir haben uns dem

Einheitsbewusstsein von „Ich kam für Gaia“ angeschlossen.
Und ich, wir, alle von uns sind jetzt hier für Gaia.

<http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra.html>

Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Bedingungslose Selbstliebe - Chakra 7

Suzanne Lie und die Arkturianer
(24.2.2016)



Hallo, ihr alle, wir erreichen nun unser letztes Chakra, und ich möchte euch für eure wunderbare engagierte Beteiligung an unserem Projekt **7 Minuten ~ 7 Chakren ~ 7 Wochen mit bedingungsloser Liebe** danken. Bis zum jetzigen Zeitpunkt haben wir **im Verlauf dieser sieben Wochen 267.890 Minuten bedingungsloser Liebe** zu verzeichnen! Lasst uns schauen, wie viele weiteren Minuten wir hinzufügen können, wenn wir diese letzte Woche abschließen und den Prozess zusammenfassen. [Hier erfolgt eine Einladung zum – englischsprachigen – ‚Großen Abschluss-Webinar‘ am 27. Feb. um 20 h unserer Zeit.] Ich kann mich nur immer wieder bedanken! Es war eine Freude, eure wundervollen Kommentare zu lesen und immer wieder dieselben Namen zu sehen. WIR sind es, die zusammen „Die Neue Erde gebären“, und das tun wir mit der bedingungslosen Liebe, die wir zu uns SELBST haben.

Euch allen bedingungslose Liebe
Suzanne Lie

~~~~~

### Siebtes Chakra (Kronen-Chakra)



#### Informationen über das siebte Chakra

**Position:** Der Sitz des siebten Chakras, das auch als das **Kronen-Chakra** bekannt ist, ist am Scheitel des Kopfes, da, wo bei Neugeborenen die Fontanelle ist.

**Blütenblätter:** Das Kronen-Chakra ist als der **Tausendblättrige Lotus** bekannt. Wenn es geklärt und offen ist, dann ist es unser eigenes Sternentor, d.h. unser eigener Wirbel in die höheren Dimensionen.

**Note & Mantra:** Die musikalische Note für dieses Chakra ist **B**, und das Mantra ist „**aum**“ oder „**i:**“ wie in Biene.

**Farbe:** Die Farbe des siebten Chakras ist **Violett**. Rot, welches die niedrigste Farbe auf unserem physisch wahrnehmbaren Lichtspektrum ist und so gerade über dem Infrarot-Licht

liegt, beherrscht das Wurzel-Chakra. Umgekehrt beherrscht Violett, die höchste Farbe auf unserem physisch wahrnehmbaren Lichtspektrum das so gerade unter dem ultravioletten Licht liegt, das Kronen-Chakra.

**Regelungen:** Das Kronen-Chakra steuert das Großhirn, die Schädeldecke, das gesamte Gehirn und das Nervensystem. Von ihm wird auch gesagt, dass es das rechte Auge steuert. In der ägyptischen Mythologie wird das geöffnete Dritte Auge das Auge des Horus genannt. Das physische linke Auge beherrscht den Mond und die weibliche, manifeste physische Welt, und das rechte Auge beherrscht die männliche, nicht-manifeste spirituelle Welt. deshalb bringt das rechte Auge des Horus Spirit hinunter in die Materie und bringt dann diesen Geist/Spirit in das linke Auge von Horus. Auf diese Weise bleibt das Dritte Auge geöffnet und ist in der physischen Welt geerdet und voll aufnahmebereit.

Je mehr wir unsere höherdimensionalen Kräfte in unseren physischen Körper „herunterladen“, desto lebenswichtiger ist es, dass wir in unserer Mitte und geerdet sind. Zum Anschließen eines kleinen Ventilators brauchen wir keinen besonderen Stecker. Sollten wir jedoch eine starke Klimaanlage in Betrieb nehmen, benötigen wir eine besondere Sicherung, wenn wir nicht die elektrischen Leitungen im Haus verkohlen wollen. Genauso ist es mit dem Haus unserer Seele – unserem physischen Erdengefäß. Wir müssen geerdet bleiben, oder wir verbrennen das elektrische System (unser Nervensystem) unseres physischen Körpers.

Das Kronen-Chakra steuert nicht nur, die Kontrolle unseres Gehirns über unser gesamtes Nervensystem, sondern auch die Kontrolle unseres Höheren Selbst über unsere gesamte physische Inkarnation. Sobald unser Kronen-Chakra geöffnet ist, können wir uns unseres wahren „Gehirns“ (des Kontrollmechanismus) gewahr werden, das jenseits der Begrenzungen der dritten und der vierten Dimension existiert. Unsere Fähigkeit, unser physisches Leben aus einer höheren Perspektive wahrzunehmen, ermöglicht es uns, Zugang zu unserem multidimensionalen Bewusstsein zu erhalten. Solange wir uns in jenem multidimensionalen Zustand befinden, sind wir in der Lage, die Myriaden Formen unserer Existenz in den vielen verschiedenen Ebenen und Wirklichkeiten zu sehen.

Das Kronen-Chakra herrscht über das **Kosmische Bewusstsein**, das unsere Verbindung zu spiritueller Weisheit, spirituellen Bestrebungen und dem Wissen der Wahrheit ist. Aus diesem Blickwinkel sehen wir uns als einen Funken des Bewusstseins, der alles erschafft und, paradoxerweise ALLES „ist“. Von unserem kosmischen Bewusstsein aus gesehen sind wir Träumende, die einen Traum träumen und erkennen, dass all das, was wir wahrnehmen, eine Ausdehnung unseres SELBST ist.

So wie das Wurzel-Chakra unsere Verbindung zur Göttlichen Mutter oder zu Mutter Erde repräsentiert, so repräsentiert das Kronen-Chakra unsere Beziehungen zu unserem Göttlichen Vater oder zu Vater Himmel. Vater Himmel und Mutter Erde kommen zusammen, Geist in Materie, um ihr Kind der Liebe zu zeugen – Bewusstsein in einer physischen Form. Mutter Erde in unserem ersten Chakra erdet unsere Kraft und sendet sie von der Erde nach oben, damit sie sich Vater Himmel in unserem siebten Chakra anschließt. Dieses Aufsteigen der Kundalini verbindet uns mit der Energie, die aus den höheren Dimensionen kommt, wobei sie uns die Kraft, und die Verantwortung, gibt, umgekehrt jene Energie in der physischen Ebene zu verankern.

Unsere Beziehung zu unseren Müttern ist mit unserem ersten Chakra verbunden. Wenn unsere Bindung zu unserer Mutter für unsere Bedürfnisse nicht ausreichte, fühlen wir uns oft von unseren Wurzeln abgeschnitten und von unserem tatsächlichen physischen Leben, und unser Verhalten in Bezug auf Zuhause, Sicherheit und Geld steht unter einem negativen Einfluss. Umgekehrt ist unsere Beziehung mit unseren menschlichen Vätern mit unserem siebten Chakra verbunden. Da das Kronen-Chakra unsere Einheit mit allem Leben repräsentiert, haben wir das Gefühl, von „Gott“ und der Menschheit isoliert zu sein, wenn unsere Bindung zu unserem Vater unzureichend ist.

**Sinnesorgan:** Unsere **multidimensionalen und außersinnlichen Sinne** werden durch das siebte Chakra gesteuert. Sobald dieses Chakra geöffnet ist, erweitert sich unser Gefühl der Empathie und Einheit. Wenn wir unser Bewusstsein anheben, erfahren wir eine andere

Person, einen anderen Ort oder einen anderen Gegenstand so, als wären wir in ihnen oder als würden wir sie „sein“. Es ist dann wichtig, uns daran zu erinnern, dass mit dieser Macht Verantwortung einhergeht. Wir sollten diese Sinne nur aktivieren, um Hilfe oder Heilung bereitzustellen – NIEMALS aus bloßer Neugierde oder mit irgendeiner bösen Absicht. Mitgefühl ist der wichtigste Sinn, der sich entwickelt, wenn sich unser Kronen-Chakra öffnet. Wir haben zwei Arten von Mitgefühl: Kronen-Mitgefühl, bei dem es mehr um Wahrnehmung und Kommunikation geht, und Herzens-Mitgefühl, bei dem es mehr um Emotionen und Empathie geht.

**Astrologisches Zeichen:** Die Zeichen **Steinbock** und **Fische** sind Herrscher dieses Chakras; Steinbock steuert die innere Sicht, Konzentration und die wesentliche Wahrnehmung der Materie durch das Göttliche Licht, und Fische herrschen über die Auflösung von Grenzen, über Hingabe und Einheit mit ALLEM WAS IST.

**Element:** Das Element dieses Chakras ist die **Kosmische Energie**, die oft als ein inneres Licht wahrgenommen wird, das aus dem tiefsten Teil unseres Seins hervorbricht. Diese kosmische Energie, die in den höheren Reichen herrscht und die aus der Quelle stammt, fühlt sich an wie eine letztendliche Intelligenz und ein Gefühl der Allwissenheit. Wenn sich unser Kronen-Chakra öffnet, können wir auch die vollständige Isolation und Schwärze der großen Leere erfahren.

Diese Leere, die soeben unterhalb der fünften Dimension in Resonanz ist, verkörpert das Rohpotenzial von allem, was sein kann oder sein wird. Die totale Dunkelheit ist wie das Innerste eines Samens, bevor er sich dem Licht der Manifestation öffnet. Sobald wir aus unserem Kronen-Chakra wahrnehmen können, können wir die beiden Extreme aller Gegensätze bestimmen.

Die Öffnung des Kronen-Chakras erweitert unsere Wahrnehmung in die fünfte Dimension hinein, in der es KEINE Gegensätze gibt. Deshalb gibt es in Verbindung mit diesem Chakra viele Paradoxien, denn es repräsentiert das „Ende aller Paradoxa“. Wenn wir durch die höheren Dimensionen reisen, ist es wichtig, dass wir alle Urteile unterlassen, die mit den Gegensätzen von hell und dunkel verbunden sind. Stattdessen müssen wir unser inneres Wissen und unser höheres Bewusstsein zu Rate ziehen, dass sie uns durch unsere inneren Welten lenken. Letztlich werden wir uns alle unseres fünfdimensionalen Selbst bewusst, und das kennt kein Urteilen und hat keine Angst. Denn was ist Urteilen anderes als eine Form von Angst?

**Bewusstsein:** Da unser Kronen-Chakra unser multidimensionales Bewusstsein repräsentiert, wird unsere Wirklichkeit nicht länger auf die dritte und die vierte Dimension begrenzt sein, sobald wir dieses Chakra öffnen. Wenn sich unser Stirn-Chakra, das sechste Chakra, öffnet, fangen wir an, in die höheren Unterebenen der vierten Dimension zu reisen. Mit der Öffnung unseres siebten Chakras und der damit einhergehenden Öffnung unseres Dritten Auges kann unser Bewusstsein nun in die fünfte Dimension eintreten. Dann treten die vielen Wirklichkeiten um uns herum und in uns nach und nach bewusst für uns in Erscheinung.

Der Prozess unseres Erwachens beginnt mit der Erweiterung des Bewusstseins unseres physischen Selbstes und mit der Arbeit, unseren Ätherkörper zu klären. Dann können sich das astrale, das mentale, das kausale und das spirituelle ICH BIN-Bewusstsein zur Vorbereitung auf den Aufstieg in die fünfte Dimension an- und miteinander ausrichten. Bis wir die fünfte Dimension erreichen, können wir auf die Erleuchtung „hinarbeiten“, doch von der fünften Dimension an müssen wir einfach „SEIN“. Dann hat das „Tun“ keine Bedeutung mehr; es zählt vielmehr nur das Bewusstsein. Schließlich ist in der sechsten und siebten Dimension sogar das Bewusstsein nicht mehr wichtig, weil es dort nur noch die „Istheit“, die „Jetzttheit“ und die „Hierheit“ gibt.

Um die Welten jenseits der niedrigeren fünften Dimension zu erfahren, müssen wir ALLE Wünsche aufgeben, sogar die nach „gut“ oder „richtig“, denn dort gibt es keine Gegensätze. Deshalb gibt es kein gut oder schlecht, richtig oder falsch. Zur Reise in die höheren Dimensionen braucht es einen leeren Geist, einen Geist, den es nach nichts verlangt, der auf nichts wartet, noch nicht einmal auf die Wahrheit oder die Erleuchtung. Dieser „leere Geist“ IST einfach. Er ist ohne Verlangen, ohne Bedürfnis und ohne Wunsch. Dann bist du plötzlich

da, und sogar den Kosmos gibt es nicht mehr.

**Persönliche Zeitlinie:** Das Kronen-Chakra repräsentiert jene Phase in unserem Leben, in der wir uns SELBST-verwirklicht haben. Wir brauchen nicht länger die Gegensätze von männlich oder weiblich, menschlich oder göttlich. Wir verstehen, dass diese physische Wirklichkeit nichts als ein kleiner Ausschnitt unseres totalen SELBSTES ist, und wir erkennen, dass wir gewählt hatten, in diesem Raum und während dieser Zeit zu inkarnieren, um unsere Mission, den Grund für unsere Verkörperung, zu erfüllen.

Reichtümer und die Bewunderung von anderen treiben uns nicht länger an, weil wir wissen, dass die Erfüllung unserer Mission auf der physischen Ebene erkannt oder eben nicht erkannt wird. Wir wissen auch, dass, wenn wir uns auf unsere innere Führung eingestimmt halten, die Bedürfnisse unseres Egos und unsere Ängste mit Liebe ausbalanciert werden und dass uns alles in angemessener Zeit enthüllt werden wird.

Diese Loslösung bedeutet keineswegs, dass wir uns von unserem menschlichen Selbst distanziert hätten. So lange wir eine physische Form tragen, so lange gibt es einen Teil von uns, der durch die Regeln der dritten Dimension begrenzt und von unserem totalen SELBST getrennt bleibt. Sobald jedoch unser Kronen-Chakra geöffnet ist und unser Drittes Auge funktioniert, können wir unsere Wirklichkeit aus der Perspektive unseres Höheren Selbst betrachten. Dann können wir unserem oft strampelnden menschlichen Selbst die bedingungslose Liebe, Annahme und Vergebung schenken, die IMMER nötig und verdient sind.

In dieser Phase unseres Lebens erkennen wir, dass die dritte Dimension ein Hologramm unserer eigenen Illusionen ist, das eingerichtet wurde, damit wir lernen und wachsen können. Wir sind uns gewahr, dass die dritte Dimension nun in die vierte und dann in die fünfte Dimension hinein stürzt, und wir sind aktiv an der Bewerkstelligung dieses Prozesses beteiligt. Tatsächlich sind wir jetzt wahrscheinlich in der vierten Dimension. Wie dies unsere „Lebens“erfahrung verändert, muss jede/r für sich selbst herausfinden und wird dies hoffentlich mit anderen teilen.

Indem jede/r von uns erwacht, ist es unsere Verantwortung, das Erwachen der anderen so zu unterstützen, wie es uns unsere Seele vorgibt. Auf diese Weise kann der planetare Aufstieg fortschreiten. Wir sind alle Eins, und jedes Mal, wenn wir einem/einer anderen helfen, helfen wir uns selbst. Paradoxerweise helfen wir jedes Mal, wenn wir uns selbst helfen, auch anderen.

**Soziale Zeitlinie:** Wenn eine hinreichende Zahl der Bevölkerung unserer Erde ihr Kronen-Chakra öffnet und ihr Drittes Auge aktiviert, dann wird das kollektive Bewusstsein der Erde die fünfte Dimension erreichen. Dann werden wir eine galaktische Zivilisation mit vollem Gewahrsein der Lebensformen auf anderen Dimensionen, Planeten und Welten. Wir werden nicht länger gegeneinander Krieg führen, denn wir werden erkennen, dass wir die Vereinten Völker der Erde sind. Wir sind eine Familie, nicht nur auf unserem Planeten, sondern auch in unserem Sonnensystem, unser Galaxie und darüber hinaus.

Von diesem Bewusstseinsstand aus müssen wir nicht länger Wesen verehren, die wir „höher“ als uns betrachten, denn wir verstehen, dass wir in unserem eigenen Sein auch einen „höheren“ Anteil haben, zu dem wir jederzeit bewussten Zugang haben. Anstelle der Verehrung ziehen wir es deshalb vor, miteinander in Kontakt zu kommen und zu kommunizieren.

**Endokrine Drüse:** Das Kronen-Chakra wird durch die Epiphyse (Zirbeldrüse) gesteuert. Die Epiphyse verfügt über Fotorezeptor-Zellen, die die Sekretion des Hormons Melatonin regulieren. Melatonin ist für die circadianen Körper-Rhythmen, nämlich unser Schlaf-Wach-Bewusstsein sowie das Bewusstsein in unserer äußeren Welt und das Bewusstsein in unserer inneren Welt zuständig. Die Epiphyse ist auch die Hauptverbindung zwischen unserer Seele und unserem Gehirn. Deshalb ist sie unser Tor zum multidimensionalen Gewahrsein.

Wissenschaft und Metaphysik stimmen überein, dass die Epiphyse die Funktion hat, das Licht zu regulieren, und dass sie auch unseren Fortpflanzungszyklus beeinflusst. Die wissenschaftliche Forschung vermutet, dass die Epiphyse vielleicht eine Rolle spielt, um neurale Informationen über Lichtverhältnisse umzurechnen für einen Hormonausstoß.



Mit anderen Worten, wenn es weniger Licht gibt, dann produziert die Epiphyse mehr Melatonin, und wenn es mehr Licht gibt, dann produziert sie weniger Melatonin. Dies hält uns bei Tageslicht wach und tatkräftig und erleichtert unseren Schlaf in der Nacht. Die Epiphyse spielt auch eine große Rolle bei der sexuellen Reifung, weil es einen Überfluss an Melatonin bei kleinen Kindern gibt, von dem man annimmt, dass er die sexuelle Entwicklung behindert. Sobald wir Teenager werden und die Pubertät beginnt, schrumpft die Epiphyse.

Die Metaphysik lehrt, dass die Epiphyse kosmisches Licht aus unserem vierdimensionalen Körper umwandelt und nach unten in unser physisches Gefäß leitet, damit wir es in unser dreidimensionales Bewusstsein „herunterladen“ können. Die Epiphyse steuert unsere Biorhythmen, wonach wir uns hoch/licht oder unten/dunkel fühlen.

Weil wir im „Land der Gegensätze“ leben, brauchen wir das Kronen-Chakra und seine Epiphyse, um die Dunkelheit der großen Leere mit dem kosmischen Licht zu vermengen, damit wir das gesamte Spektrum der ständig hereinströmenden höheren Dimensionen in unsere physische Realität integrieren. Sobald die Epiphyse die Energie „heruntergeladen“ hat, kann unsere Hypophyse (Hirnanhangdrüse) den anderen endokrinen Drüsen die Anweisung geben, uns beim Anheben der Schwingungsmuster unserer physischen Form zu helfen.

**Nervengeflecht:** Das Kronen-Chakra verbindet uns mit unserem Einheitsbewusstsein. Deshalb steuert dieses Chakra unser Gehirn und das gesamte Nervensystem.

**Geklärt:** Wenn dieses Chakra geklärt ist, können wir kosmische Energie empfangen, um die Entwicklung unseres galaktischen Bewusstseins zu initiieren. In diesem Bewusstseinszustand können wir die kosmische Liebe wahrnehmen und die Allwissenheit unseres fünfdimensionalen SELBST. Dies lässt unsere Fähigkeit wieder erwachen, die Muster von Ursache und Wirkung zu erkennen sowie die Lichtmatrizen, die die Illusionen unserer holografischen physischen Wirklichkeit erzeugen. Dieses Können wird in der Regel jedoch erst erinnert, wenn wir es geschafft haben, wenigstens 51% unserer einprogrammierten Glaubenssätze über Begrenzung und Trennung aufzugeben. Der Weg zur Erleuchtung ist mit Geduld gepflastert, und so müssen wir in dieser Hinsicht geduldig mit uns selbst sein.

Die meisten unter uns haben tausende Male im Verlauf von Jahrtausenden physische Körper getragen. Glücklicherweise können wir mit einem geöffneten Kronen-Chakra wieder in ein Gefühl des Wohlbefindens, der Einheit mit allem Leben, einer offenen Geisteshaltung und des Glaubens an uns selbst und unsere höheren Anleitungen gelangen.

Dann können wir genügend Geistesfrieden finden, um immer öfter auf unser Höheres Selbst zu hören. Unser eigenes Höheres Selbst wird uns dabei helfen, unser Denken umzuprogrammieren, so dass wir unsere eigene Göttlichkeit täglich akzeptieren und integrieren.

Wenn wir uns selbst verändern, verändern sich auch unsere Beziehungen zu anderen. Wenn zwei Menschen mit geklärten Kronen-Chakren ihre Energien vermischen, dann erfüllt ein sanftes goldenes Licht ihre Aura, weil beide ein tiefes Gefühl von Einheit und Verbundenheit erleben. Die drei höheren Chakren von beiden schließen sich dem Kontakt/der Kommunikation an, weil die Wissensübertragung von Drittem Auge zu Drittem Auge erfolgt. Diese gegenseitige Kommunikation wird über ihre Kehlkopf- und Herz-Chakren verstanden. Diese gegenseitige Sprache der Liebe kommuniziert auf eine empathische, telepathische Art und Weise.

**Ungeklärt:** Depression, ein Gefühl, gefangen zu sein, Engstirnigkeit, übermäßige Ängste und Sorgen, Hirntumore, Schädelldruck, Kopfschmerzen und Migräne, psychische Störungen, Probleme mit der Kopfhaut und Schlaflosigkeit können aus einem ungeklärten siebten Chakra kommen. Es kann auch eine Furcht vor Religion oder Spiritualität vorliegen, Frust und nicht erkannte Kraft, eine geringe Lebensfreude, Furcht vor Dingen, die mit den physischen Sinnen nicht verstanden werden können, und sogar Schizophrenie.

Wenn bei jemandem das Kronen-Chakra blockiert ist, dann durchzieht eine sehr unangenehme dunkle, curryfarbene Färbung sein/ihr Kronen-Chakra und die gesamte Aura. Wenn wir mit ihm/ihr kommunizieren, kann es sein, dass wir ein kribbelndes und stechendes Gefühl in unserem Scheitel spüren und vielleicht fühlen, dass wir gewarnt werden, uns

psychisch zu schützen. Wenn zwei Menschen kommunizieren, deren Kronen-Chakren ungeklärt sind, treten gewöhnlich viele Fehlannahmen und Missverständnisse auf. Ihr Umgang kann sich zur Feindschaft entwickeln, ohne dass es erkennbare Möglichkeiten der Verstehens oder einer erfolgreichen Kommunikation gibt.

**Erd-Chakra:** Das siebte Chakra der Erde soll der Fujiyama in Japan sein. So wie das Kronen-Chakra beides steuert, das Gefühl der Isolation und das der Einheit, so war Japan über viele Jahre isoliert, während die Gesellschaft in sich vereint war. Der Berg Fuji (yama heißt auf Japanisch „Berg“) hat seit alten Zeiten für Japan eine spirituelle Basis geschaffen, und fromme Menschen setzten sich tagelang großen Strapazen aus wenn sie versuchten, diesen heiligen Berg zu ersteigen. Dieser Berg ist ein 3776 Meter hoher schlafender Vulkan, der weltweit für seine Symmetrie und seine Klarheit bekannt ist.

Wie auch das Kronen-Chakra heißt der Fujiyama jede neue Jahreszeit auf eine schöne und dramatische Weise willkommen. Im Frühling brechen die Kirschblüten am Fuß des Berges auf, gefolgt von den zinnoberroten blühenden Azaleen, die den Sommer ankündigen, und im Juli beginnen die Rhododendren zu blühen. Ende August ist der Sommer vorbei, und die Feuerfestivals von Fujiyoshida feiern das Kommen des Winters und das Ende aller Klettertouren auf den Gipfel von Fujiyama.

**Dimensionen:** Alle Dimensionen werden von diesem Chakra gesteuert, da es unser volles multidimensionales Bewusstsein repräsentiert.

**Zusammenfassung:** So wie viele ihren persönlichen Fujiyama erstiegen haben, um den Gipfel zu erreichen, so stellt die Öffnung des Kronen-Chakras den Höhepunkt der Reise der Kundalini von unserer Wurzel zum tausendblättrigen Lotus in unserer Krone dar. Die Reise repräsentiert die Vollendung einer Welt und den Beginn einer neuen. Jene Welt war natürlich immer da, doch wir haben das vergessen. Wir vergaßen, woher wir kamen, und wir vergaßen die große Herrlichkeit und die Komplexität unseres wahren SELBST.

Die Öffnung des Kronen-Chakras bezeichnet das Beenden unserer Fähigkeit, als ein Opfer der Illusionen unserer physischen Welt zu leben. Ja, wir sind immer noch menschlich. Wir leben immer noch in unserem leiblichen Körper und werden deshalb immer in die Dramen unseres getrennten, begrenzten Selbst fallen. Doch wir leben nicht mehr darin.

Wir haben den/die/das EINE geküsst und wurden mit unserer voll aktivierten göttlichen Unzufriedenheit zurückgelassen. Diese „Unzufriedenheit“ ist wie ein Strahl von zu Hause, der uns in die Richtung der Frequenzen unserer Kernenergie zieht. Nun ruft uns ständig unser Zuhause in den Sternen, in anderen Galaxien und in anderen Dimensionen und drängt uns, zurückzukehren. Das heißt, zurückzukehren und zu bleiben; in unserem Gewahrsein und in unserem Bewusstsein heimzukehren, und doch in einer dritten Dimension zu bleiben, in der wir aktiv unsere Mission leben.

Wenn wir uns jetzt erinnern, wer wir sind, fangen wir an, uns zu erinnern, warum wir hierher kamen. Es gibt eine Mission, die wir alle gemeinsam haben, das ist die Mission, die Schwingungen unserer Zuhause in den höheren Dimensionen in unseren Alltag hinein zu erden. Jede Dimension hat eine andere Resonanzfrequenz. Die Resonanzfrequenz ist die Frequenz der Grundlinie oder des Zentrums.

Innerhalb jeder Dimension oder jedem persönlichen Bewusstsein gibt es eine ursprüngliche, in Resonanz gehende Frequenz bzw. eine ursprüngliche Schwingungsrate. Diese Frequenz ist höher an Tagen, in denen wir voller Liebe sind, und niedriger an Tagen, in denen wir von Angst erfüllt sind. Mit anderen Worten, unser dreidimensionales Selbst wird in der Frequenz zwischen „Überleben“ und „Gipfelerfahrung“ schwanken.

Unsere persönliche Resonanzfrequenz, d.h. unsere Frequenzsignatur, wird oft bestimmt und/oder gemessen durch unsere Gehirnwellen. *[Hier erfolgt ein Hinweis auf eine ausführliche Abhandlung über die Gehirnwellen in einem anderen Bereich „States of Consciousness“ der Webseite von S. Lie. Viele dieser Artikel wurden in diesem Blog zwischen Juni/Aug. 2015 übersetzt. K.E.]* Die Öffnung des Kronen-Chakras ermöglicht es uns, Zugang zu unseren Deltawellen zu erhalten, während wir uns noch irgendwie unseres physischen Körpers gewahr sind. Diese Gehirnwellen sind der „Strahl von zu Hause“, der es uns erlaubt, in Kontakt zu treten mit unserem SELBST, das in/auf anderen Sternen, Galaxien

und Dimensionen existiert.

Sobald wir Zugang zu diesen Teilen unseres totalen SELBST haben, können wir eine Beziehung zu ihnen aufbauen. Diese höheren SELBSTE erlauben uns, unsere Welt aus ihrem Blickwinkel zu sehen. Die Trennung und Begrenzung der physischen Welt aus einem Anteil unseres SELBST zu sehen, der jenseits der bloßen Illusion lebt, ist der Anfang unseres galaktischen Bewusstseins.

Indem wir mehr mit diesen höherdimensionalen Teilen unseres SELBST kommunizieren, wird der Schleier zwischen den Welten dünner, und unser Ausblick auf alles Leben wird über die dritte Dimension erhoben. Auf diese Weise werden wir uns der Ursachen unserer Probleme gewahr, die nicht nur aus der Kindheit in diesem Leben stammen, sondern aus anderen drei- und vierdimensionalen Leben (oft auch als „vergangene Leben“ bezeichnet), wie auch aus anderen parallelen Wirklichkeiten. Glücklicherweise können wir zu diesem Zeitpunkt auch unser SELBST hinzuziehen, das uns dabei unterstützt, diese multidimensionalen Informationen zu verstehen und zu integrieren.

Unsere Verbindung zu unserem größeren SELBST, unserer Seele, gibt uns die Unterstützung und den Mut, uns bewusst an das Wurzelleben zu erinnern, in dem wir zum ersten Mal die Angst erlebten, die ihren Widerhall in vielen anderen Lebenszeiten fand. Dieses „erste Mal“, in dem wir eine extrem negative Erfahrung hatten, erzeugt oft ein Engramm/eine Einkerbung im Gedächtnis und ist wie ein Narbengewebe in unserer Seele. Dieses Engramm programmiert unsere Seele, diese Erfahrung immer und immer wieder neu zu erschaffen, bis sie aufgelöst ist. Sobald wir in unserem Bewusstsein in diejenigen Wirklichkeiten gereist sind, in denen diese Muster zuerst begannen, rufen wir unser Höheres Selbst hinzu, um jenen Schmerz und jene Angst mit bedingungsloser Liebe auszugleichen. Leben für Leben hat unsere Seele diese Situationen immer wieder neu geschaffen, damit wir Meisterschaft über diese Emotionen und Situationen gewinnen können.

Sobald Liebe die Angst ausgeglichen hat, kann unsere Resonanzfrequenz sich durch ALLE unsere Leben in allen Dimensionen, Zeiten und an allen Orten erheben. Täglich empfangen wir unsere Verbindung zu dieser bedingungslosen Liebe, sobald unser Hohes Herz geöffnet ist. Unser physisches Herz steht in Resonanz mit der Farbe Grün. Dieser Teil unseres Herz-Chakras steuert unsere menschliche Liebe. Menschliche Liebe kann mutig und selbstlos sein oder ängstlich und selbstsüchtig. Demgegenüber steht unser Hohes Herz in Resonanz mit bedingungsloser Liebe und Mitgefühl. Unser Hohes Herz befindet sich genau über und vor unserem physischen Herzen in unserem vierdimensionalen Ätherkörper. Unser Hohes Herz steht in Resonanz mit der Farbe Pink.

Bedingungslose Liebe beruht auf Mitgefühl. Mit diesem Mitgefühl können wir alles Leben bedingungslos lieben, bedingungslos annehmen und bedingungslos verzeihen. Jede/r von uns, egal wie spirituell oder selbstverwirklicht, hat im physischen Leben schwierige Zeiten. In diesen Zeiten ist es für uns unbedingt wichtig, die bedingungslose Liebe und das Mitgefühl unseres Höheren Selbstes in unser physisches Gewahrsein einzulassen, so dass wir seine Liebe und seinen Trost empfangen. Uns wurde anezogen, dass es göttlich sei zu leiden. Diese Begrenzung der Wahrheit müssen wir jetzt umschreiben, nämlich dass wir nicht länger leiden müssen, weil wir göttlich SIND.

Diesen Prozess, „das Leiden loszulassen“, leitet unser geöffnetes Kronen-Chakra ein. Das Kronen-Chakra ist das Zentrum von Paradoxa – Licht und Dunkel, Bekanntes und Unbekanntes. Die große Liebe des kosmischen Lichtes bringt uns bedingungslose Liebe, und die große Dunkelheit des Unbekannten kann eine unbändige Angst hervorbringen. Wenn wir genau in der Mitte zwischen Licht und Dunkel, Bekanntem und Unbekanntem im Zentrum des geöffneten tausendblättrigen Lotus stehen, können wir sehen, dass sie alle bloß unterschiedliche Extreme in der Illusion des physischen Lebens sind.

Aus der Perspektive unseres geöffneten Kronen-Chakras sind wir in ständigem Kontakt mit dem Beistand und dem Verstehen unseres fünfdimensionalen Selbst. Es kann uns deshalb Verständnis, Liebe und Mitgefühl geben, die uns unterstützen, wenn wir ängstlich oder verwirrt werden. Mit seiner Unterstützung können wir das große Bild sehen, das uns die Möglichkeit gibt, uns zu erinnern, dass wir gewählt hatten, in unseren physischen Körper

einzutreten, um eine Mission zu erfüllen. Wir werden immer noch die Emotionen von Angst, Wut und Kummer fühlen, weil wir unser Erdengefäß tragen. Doch auch wenn niemand in unserer physischen Wirklichkeit helfen könnte, können wir von unserer inneren Führung IMMER erhalten, was wir brauchen, um unsere Initiation zu vollenden.

Multidimensionale Heilung ist der Prozess, wie wir die ursprüngliche Ursache all unserer „Lebensthemen“ finden. Diese Themen haben wir in diesem Leben wie auch in anderen Leben immer und immer wieder aufleben lassen. Die Kernüberzeugungen von Trennung und Begrenzung haben uns schlafend gehalten und bewirkt, dass wir die Welten um uns wie in uns bekämpfen. Wenn wir diese Probleme im Kern heilen können, nämlich im ersten Leben, in dem wir sie erfuhren, können wir viele unserer Wirklichkeiten gleichzeitig verändern. Sobald die erste Erfahrung geheilt ist, dann lassen sich sehr leicht die Muster erkennen, die während vieler anderer Leben in Resonanz standen. Wenn wir bewusst jene Verhaltensmuster wahrnehmen können, dann können wir anfangen, uns selbst „auf die Bühne zu holen“, damit wir sie verändern. Allerdings werden diese Muster, auch wenn sie sich verringern, nicht vollständig verschwinden, weil diese Themen mit unserer Mission verbunden sind. Die Themen, an denen wir Leben für Leben gearbeitet haben, sind der Kern unseres Dienstes für andere, für den Planeten und für unser Höheres Selbst. Indem wir uns selbst heilen, können wir lernen, andere zu heilen. Sobald wir unserer dunklen Seite begegnet sind, verringert sich unsere Angst erheblich. Denn ist es nicht letztlich der „innere Feind“, der die größte Bedrohung darstellt? Dieses Loslassen der Angst gibt uns größeren Mut, unsere persönliche Heilung fortzusetzen und die Heilung der anderen und unseres Planeten zu unterstützen. Wir alle wählten, aus den höheren Dimensionen hierher zu kommen, um in dieser großen Zeit der Transformation Beistand zu leisten. So wie wir Leben hatten, in denen wir „in die Dunkelheit gefallen“ waren, hatten wir auch Leben, in denen wir spirituell Eingeweihte waren. Mit Vollendung dieser spirituellen Leben kehrten wir bewusst nach Hause zurück in eine höhere Dimension.

Durch Verbindung, ein Austausch und ein tiefes Verständnis dieser „Eingeweihten-Leben“ haben wir Zugriff auf und erinnern wir uns an unsere eingeborene Kraft, mit der wir geboren wurden. Diese machtvollen Leben werden uns auch unseren höherdimensionalen galaktischen Selbst vorstellen. Jedes Mal, wenn wir uns mit diesen höheren Anteilen von uns selbst in Verbindung setzen, laden wir ein wenig von ihrer Schwingungsrate herunter. Wenn wir zum Beispiel eine Schale mit Eis haben (unserem dichtesten physischen Selbst), und wir sie dem Dampf aussetzen (unserem höchsten, formlosen Selbst), wird sich das Eis in Wasser verwandeln, das die reine Essenz von beiden, dem Dampf und dem Eis, ist, und genau in der Mitte zwischen beiden liegt.

Mit anderen Worten, die beiden Gegensätze, die gegeneinander arbeiten, bringen uns in den Mittelpunkt, den Drehpunkt und den Gleichgewichtspunkt. Dieser Mittelpunkt ist der Kraftpunkt, denn es ist der Punkt, von dem aus wir beide Seiten sehen können. Die Fähigkeit, beide Seiten, beide Extreme, zu sehen, ermöglicht uns jene Losgelöstheit, die zum Mitgefühl führt. Mitgefühl öffnet uns für unsere höheren Welten, weil es uns von den Dramen unseres physischen Selbst befreit. Mitgefühl hebt uns aus der dreidimensionalen Matrix heraus in unsere multidimensionale Perspektive hinein. Dann können wir die drei- und vierdimensionalen Gegensätze um uns herum sehen, ohne in ihnen festzustecken. Dann sind wir „in der Welt, aber nicht von der Welt“.

Von diesem Mittelpunkt aus sind wir frei, die Welten unter uns (das Eis) und die Welten über uns (den Dampf) zu erfahren, während wir in der Mitte (dem Wasser) bleiben. Der Mittelpunkt ist der Fluss/FLOW, der Punkt der Hingabe – der Hingabe an unsere Seele. Dies ist der Ort ohne emotionale Ladung, weder negativ noch positiv, der uns aus den Begrenzungen unserer alten Glaubenssätze im Hinblick auf Trennung und Begrenzung löst. Von diesem Ort aus können wir in den Fluss/FLOW fallen, uns dem JETZT übergeben, mit dem Einssein verbinden und unserer Seele erlauben, das Steuerrad unseres Erdengefäßes zu ergreifen.

Je mehr Individuen in der Lage sind, diesen Mittelpunkt zu halten, desto mehr werden wir alle den Paradigmenwandel heraus aus dem Materialismus und hinein in die Spiritualität

erfahren, d.h., heraus aus Begrenzung und Trennung und hinein in die Einheit, Hierheit und Jetzttheit unserer wahren Natur. Jedes Mal, wenn jemand unter uns mit seinem/ihrem Höheren Selbst in Kontakt geht und die höherdimensionale Resonanz in seinen/ihren physischen Körper herunterlädt, tragen wir nicht nur zu unserem persönlichen Aufstieg bei, sondern in gleichem Maße zum planetaren Aufstieg.

**ZUSAMMEN** werden wir alle unsere eigenen persönlichen Puzzleteilchen entdecken und sie dann in das Ganze einbringen. So können wir als Planet und als Rasse den Himmel auf Erden erschaffen.

© Awakening with Suzanne Lie

[www.multidimensions.com](http://www.multidimensions.com)

[http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra\\_21.html](http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra_21.html)

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

**Meditation: Bedingungslose Selbst-Liebe -Chakra 7 (Kronen-Chakra)**

Transkription durch Suzanne Lie (22.2.2016)

Mir ist soeben etwas in die Hände gefallen, was ich vor langer Zeit im September 2012 aufgeschrieben hatte und was zwischen all den anderen Dingen, die ich empfangen hatte, untergegangen war – und mir wurde klar, dass ich es damals auch nicht ansatzweise verstehen konnte. So wurde es einfach beiseitegelegt. Aber so wie sich uns die Dinge zeigen, wenn es das *Jetzt* ist, um sie mitzuteilen, so tauchte es jetzt auf.

*Ich möchte es jetzt vorlesen...*

Mein Geist sauste durch eine Wirklichkeit nach der anderen, als wenn er etwas oder jemanden suchen würde. Es war, als würde ich in einem Inferno eine holografische Wirklichkeit innerhalb meines eigenen Geistes ablaufen lassen. Ich wusste, dass ich mir diese Erfahrung erschuf, denn ich konnte hören, wie die Arkturianer mich daran erinnerten, dass ich die Schöpferin meines Lebens sei. Ich entdeckte Wirklichkeiten, die ich erschaffen hatte.

Zunächst war ich Plejadierin, doch als mein Widerstand gegenüber dieser Erfahrung nachließ, konnte ich mich voll auf meinen Prozess einlassen. Ich sah Wirklichkeiten, in der Menschen, Antarier, Sirianer, Bewohner von Tau Ceti, Lemurier und Atlanter alle im Einheitsbewusstsein zusammenarbeiteten, um Gaia zu unterstützen. Diese großen Wesen waren alle da, und ich weiß, dass es das war, wonach ich suchte. In der Wirklichkeit, in der ich dachte zu sein, kam Atlantis nicht vor, ebenso wenig wie viele der Zeitlinien in meiner dreidimensionalen Erinnerung. Mitten in dieser Erkenntnis schaltete ich in eine Wirklichkeit, von der ich niemals gehört hatte, die Erde genannt wurde. Sobald diese Wirklichkeit jedoch in meine Vorstellung, meinen Geist und mein Bewusstsein geriet, befand ich mich auch schon innerhalb jener Zeitlinie dort. Unverzüglich befand ich mich in einer völlig unterschiedlichen Zeitlinie. Dann begann ich mich willkürlich durch Wirklichkeiten in verschiedenen Zeitlinien zu verschieben, von deren Existenz ich vor dieser Vision noch keine Kenntnis hatte. Was soll nur diese Vision, dachte ich. „Nimm dich in Acht“, hörte ich die Arkturianer sagen. Wovor sollte ich mich in Acht nehmen? Und dann fand ich es heraus. Die Worte begannen immer schneller durch meinen Kopf zu rasen, bis sie alle in eins verschmolzen. Ich vermute, ich müsste sagen – wie ein Springbrunnen. Die Wirklichkeit verschob sich so schnell, dass sich untereinander verbundene Kreise formten, die tiefer und tiefer in meinen Kern drangen.

Mein Kern – es fühlte sich an, als sei mein Kern voller Licht. Doch tatsächlich war es mehr Licht, als ich halten konnte. Ich fühlte eine plötzliche Eruption, als wenn ein Brunnen eingeschaltet worden wäre, und viele, viele Leben fanden sich in einer kraftvollen Energie zusammen und schnellten wie ein ausbrechender Vulkan aus meinem Kern hoch. Und es floss durch mein Kronen-Chakra hoch wie eine riesige Lichtfontäne. Die Lichtgischt aus dem Kern stürzte in alle Richtungen. Ich konnte immer und immer höhere Wirklichkeitsfrequenzen als leuchtende Bilder sehen, und viele mögliche, parallele und alternative Welten begannen, so etwas wie Gestalt anzunehmen.

Plötzlich *stoppte alles*. Die Bilder froren ein, und alle Welten stoppten ihre Rotation. Alle Bilder standen vollkommen still – außer dem Bild von mir. Dieses Bild allerdings war formlos. Es war das Bild eines wirbelnden Energiefeldes angefüllt mit Myriaden Bildern. Ich ging beobachtend von Bild zu Bild. Der Krieg hielt an, und Bomben hingen mitten in Luft, Militärparaden im Stehschritt mit einem Fuß in der Luft, Sternenschiffe hielten im Weltraum an, und alle und alles waren wie eingefroren. „Was ist passiert?“, fragte ich. Der unsichtbare Arkturianer sagte: „Du hast die Zeit verlassen.“

Zu meiner Überraschung war mir das Konzept vollkommen klar. Die Welt stand still, weil es **keine Zeit** gab, um die Bewohner/innen von Ort zu Ort zu bewegen. Ich warf einen Blick in viele Wirklichkeiten und bemerkte, dass sie sich so langsam auf mich zu bewegten, dass ich sie „lange“ betrachten musste, um einen einzigen Schritt mitzubekommen. Ich schaute nach unten und sah meinen stillstehenden Körper, wie er von Myriaden Wirklichkeitsblasen umgeben war, die durch die Lichtströme aus meinem Kern trieben.

Ich entschied mich, einen dieser Träume zu betreten und fand mich zwischen sechsdimensionalen Geschöpfen wieder, die es bevorzugten, in dem Lichtnetzwerk des Mutterschiffs zu leben. Tatsächlich waren sie wesentlich daran beteiligt, dass das Schiff lebte, denn ihr sechsdimensionales Energiefeld bewegte sich ständig und erleuchtete die Lebenskraft des Schiffs.

Die Sechsdimensionalen sind die Verkörperungen des kollektiven Bewusstseins. Für einen Geistesblitz im *Jetzt* erlebte ich das Einheitsbewusstsein, wie es ist, ein sechsdimensionales Wesen zu sein.

Und dann – war ich wach, oder war ich wach, als ich schlief. Als ich langsam erwachte, hörte ich...

„Höre auf die Stille, wie sie durch die Luft treibt.

Höre auf die Stille, du kannst sie überall hören.

Höre auf die Stille, sie wird dich ergreifen, wenn du dich traust.

Wenn du einmal auf die Stille gehört hast, ist es eine Botschaft, die du teilen kannst.

Die Stille wird innerhalb des Augenblicks bleiben, in dem dein Herz sie hört. Es ist gut, das zu tun, es liegt an dir, sie zu ergreifen – du hast nichts zu befürchten.

Die Stille ist eine Kraft; sie ist der Kern von Licht und Liebe. Sie ist ein Teil aus dem tiefen Inneren und kommt von ganz weit oben.

Wenn du auf die Stille hörst, wirst du bemerken, dass es viel zu sagen gibt.

Wenn du die Stille im Inneren hörst, wird sie den Stress nehmen. Wenn der Stress beseitigt ist, kannst du das „Du“ hören – den/die *Eine*, die im Inneren lebt.

Der/die *Eine* ist immer da, wenn du lachst und hält dich im Arm, wenn du weinst.

Wenn du auf die Stille hörst, wirst du feststellen, dass sie in dir ist.

Die Stille ist die *leise, zarte Stimme*, die dir sagt, was du tun kannst.

Sie wird dir sagen, wie du hinhörst und wie du den Grund verstehst. Alles Leben muss einen bestimmten Fluss haben, und jeder Augenblick hat einen rechten Zeitpunkt – den Zeitpunkt deines Verlangens nach dem Selbst, von dem du das Gefühl hast, dass du es verloren hattest, als du den Weg einschlugst, der du nicht warst, und nun fühlst du dich so verloren. Doch sobald du in das Nirgendwo in deinem Herzen und deinem Geist fließt, dann wirst du herauszufinden, dass du über das Geheimnis, das du gefunden hast, glücklich bist.

Dann wirst du als der Kapitän deines Lebens im *Jetzt* leben und dich allen deinen Fragen überlassen, weil du dich erinnerst, wie es geht.

Wie du bist, der/die du bist, während du die geliebte Gaia unterstützt, ein Stern zu sein.

[http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra\\_21.html](http://suzanneliephd.blogspot.de/2016/02/unconditional-love-for-our-self-chakra_21.html)

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

**7 Minuten - 7 Chakren - 7 Wochen****Großes Abschluss-Seminar zum Prozess bedingungsloser LIEBE**

Webinar mit Suzanne Lie und Shawna Donop als Assistentin  
sowie den Arkturianern (27.2.2016)

*Ich danke Sue für die Erlaubnis, wesentliche Meditationen dieses Webinars als Transkription der mp3-Datei zu übersetzen. Gleichzeitig bitte ich um Verständnis, dass ich aus Zeitgründen den Text unbearbeitet weitergebe.*

*Nach den Worten der Arkturianer ist die Energie im JETZT vorhanden, egal wann wir hören oder lesen. (K.E.)*

„Seid alle gesegnet, alle, die persönlich hier am Treffen teilnehmen, wie auch alle, die später die Aufzeichnung hören (lesen). Wir möchten euch sagen, dass ihr einen riesigen Beitrag zu Gaias planetarem Aufstieg geleistet habt, dadurch dass ihr einfach euch selbst liebt. Das mag für euch ein wenig verwirrend sein: „Wieso helfen wir dem Planeten, wenn wir uns selbst bedingungslos lieben?“ Die Antwort lautet, dass es keine Trennung gibt. Euer physisches Erdengefäß wurde aus Erde, Luft, Feuer, Wasser hergestellt, denselben Elementen und Elementalen, die Gaias Planeten bilden. Indem ihr also euch selbst heilt, heilt ihr den Planeten. Indem ihr euch selbst bedingungslos liebt, liebt ihr den Planeten bedingungslos.

Wenn ihr euch selbst bedingungslos liebt, geht diese bedingungslose Liebe in euer System, geht in den Kern eines jeden Chakras hinein. Durch die Zeit, die ihr alle aufgewandt habt, wisst ihr, dass ihr auf dem Weg durch alle sieben Chakren in alle Bereiche eures physischen und astralen Körpers gegangen seid und sie geheilt habt.

### **Denn bedingungslose Liebe ist die Heilkraft des Multiversums.**

Unter *geheilt* verstehen wir, dass ihr sie (die bedingungslose Liebe) auf euren göttlichen Zweck ausgerichtet habt, den Zweck, den ihr euch für euch selbst niedergeschrieben hattet, bevor ihr diese Inkarnation annahmt.

Sollte es also ein Gesundheitsproblem geben, das ihr vielleicht hattet oder das noch vorhanden ist, wisst einfach, dass ihr euch in Übereinstimmung mit eurem eigenen höherdimensionalen Selbst-Ausdruck befindet und euer physischer Körper in der Zeit lebt. Deshalb kann es sein, dass diese bedingungslose Liebe, die interdimensional, multi-dimensional und die Heilkraft des Multiversums ist, „Zeit“ benötigt, um euren Körper, euer Leben, eure Gedanken, eure Emotionen völlig einzugliedern, vollkommen zu integrieren, und um umfassend zu verstehen, wie dieses wunderbare Geschenk, das ihr euch selbst gemacht habt, anzuwenden ist.“

*Sue: Lasst uns gemeinsam einen Augenblick nach innen gehen und dieser Aufzeichnung bedingungslose Liebe für alle geben, die sie hören (lesen), ihr selbst eingeschlossen.*

*Denn bedingungslose Liebe ist ein Paket, bedingungslose Liebe ist eine Gedankenform, sie ist der Gedanke und die Emotion, die zu einer Einheit zusammengeführt wurden, was eine Gedankenform erschafft.*

*Eine Gedankenform ist der Baustein jeglicher Schöpfung in der Wirklichkeit. Einige unter euch erkennen immer mehr, dass ihr dann, wenn ihr einen Gedanken und eine Emotion habt, die offensichtlich zusammenpassen und in eurem Körper, in eurem Kopf, in euren Gefühlen zu leben scheinen und ihr dieser Richtung folgt, merkt, dass euer Leben mit dieser Ausrichtung liebevoller, kreativer und erfüllender wird.*

Einer der Gründe, warum die Arkturianer dieses Treffen einberiefen, ist, den Prozess der Öffnung des Hohen Herzens und des Dritten Auges abzuschließen. Natürlich ist die Vorbereitung für die Öffnung des Hohen Herzens und des Dritten Auges die Öffnung aller sieben Chakren mit bedingungsloser Liebe.



Deshalb nehmen wir uns jetzt einen Augenblick Zeit und bitten jede/n von euch, zu jenem Anfang, ganz an den Anfang, des Prozesses zurückzugehen.

### **Meditation**

Konzentriert euch auf euer erstes Chakra direkt an eurem Steißbein. Und indem ihr euch auf jenes erste Chakra konzentriert, fühlt jene Liebe, jene bedingungslose Liebe, die ihr in jenem Teil eures Körpers selbst aufgebaut habt. Denn indem ihr jenen Samen der bedingungslosen Liebe setzt, wächst er, dehnt er sich aus, verändert er seine Gestalt, vermengt er sich, verbindet er sich.

Fühlt nun, wie sich diese eure bedingungslose Liebe in eurem ersten Chakra verankert, und fühlt, wie sie sich nach oben hin ausdehnt in euer zweites Chakra, das sich im Bereich des Bauchnabels befindet. Und nun fühlt, wie das erste und das zweite Chakra, die sich einst getrennt zeigten, jetzt zu einer Einheit verschmolzen sind. Denn multidimensionale Liebe ist nicht nur die *Heilkraft* des Multiversums, sie ist auch die *vereinigende Kraft* des Multiversums.

Ihr vereinigt also nun euer erstes Chakra der frühen Anfänge mit dem zweiten Chakra der jüngeren Jahre und der Kindheit und nehmt diese Verschmelzung und bringt sie nach oben in euer drittes Chakra, das genau zwischen eurem Herzen und eurem Solarplexus liegt, dort, wo sich euer Solarplexus direkt unten an euren Lungen unter dem Brustkorb befindet. Haltet diese Mischung, die Vermengung der bedingungslosen Liebe zu euch selbst und der bedingungslosen Liebe eurer Kindheitserfahrungen, und bringt sie nach oben in die bedingungslose Liebe jener „Macht-im -Inneren“- / „Macht-über-andere“-Erfahrungen, die ihr transmutiert habt in: **„Ich bin meine Kraft-im-Inneren, weil ich mich selbst bedingungslos liebe. Ich liebe mich bedingungslos, weil ich mein Inneres Kind bedingungslos liebe und weil ich meine frühesten Anfänge bedingungslos liebe.“**

Zieht nun jenes Energiefeld nach oben, direkt in euer Herz-Chakra. Fühlt, wie euer Herz-Chakra im Vergleich zu früher so unermesslich viel größer geworden ist.

Fühlt, wie es sich wie Sonnenstrahlen ausdehnt, weit hinaus nach oben, um euch herum, ganz, ganz tief in den Kern von Gaia hinein und immer weiter nach oben zu der riesigen Flotte der Sternenschiffe, die darauf warten, uns dabei zu unterstützen, Gaia in ihre Bestimmung zu transmutieren.

Fühlt, wie eine Explosion von Licht und bedingungsloser Liebe vom Steißbein bis nach oben in euer Herz aufbricht und fühlt jene Einheit in euch/eurem Selbst.

Wenn nun diese Einheit von/in euch selbst in euer Kehlkopf-Chakra aufsteigt, könnt ihr diese fortgeschrittene Schöpferkraft fühlen, die ihr mit anderen teilen wollt, mit der ihr singen, sprechen, malen, schreiben oder auf welche Weise auch immer das herrliche Gefühl teilen möchtet, in bedingungsloser Liebe für euch selbst zu leben.

Das bringt ihr nun nach oben in euer sechstes Chakra, euer Drittes Auge. Jetzt könnt ihr sehen, wie sich eure Wirklichkeit in dem Prozess befindet, sich aufgrund der bedingungslosen Liebe zu verändern, die ihr in eurem Körper haltet, in eurem Leben teilt und mit dem Planeten und allen ihren (Gaias) Wesen teilt.

Wenn ihr jetzt in euren Scheitel geht, dann fühlt ihr, wie er sich weit öffnet, und ihr fühlt dieses höhere Licht, das so stark ist, so multidimensional ist, dass ihr, wenn ihr euch nicht mit bedingungsloser Liebe vorbereitet hättet, nicht in der Lage wärt, – – – es wahrzunehmen. Denn bedingungslose Liebe erweitert euer Bewusstsein, so dass es euch möglich ist, die höheren Lichtfrequenzen wahrzunehmen.

Das hereinkommende Licht, geht nun in eure dritte Hirnkammer, man könnte sagen, mitten durch euer Gehirn, wo sich eine auf dem Kopf stehende Pyramide befindet, die angefüllt ist mit der Rückenmarksflüssigkeit.

Dieses höhere Licht – ihr braucht jetzt einen Augenblick Zeit mit höchster Aufmerksamkeit für bedingungslose Liebe – nehmt euch Zeit, dieses höhere Licht wahrzunehmen. Fühlt, wie dieses höhere Licht in euer siebtes Chakra kommt.

Indem es nun in euer siebtes Chakra hereinkommt, geht es in diesen inneren Tempel innerhalb eures Gehirns, und es geht weiter bis in eure Hypophyse (Hirnanhangdrüse) hinein. Die Hypophyse ist mit eurem gesamten endokrinen Drüsensystem verbunden, und das System der endokrinen Drüsen wiederum hängt sehr stark mit eurem persönlichen Aufstieg zusammen.

Wenn ihr also das höhere Licht, das in euer siebtes Chakra hereinkommt, mit dem höheren Licht verbindet, das ihr in euer sechstes Chakra hereingenommen habt, in der Epiphyse und der Hypophyse (der Zirbeldrüse und der Hirnanhangdrüse) dann explodiert ein Licht, und eure Epiphyse und eure Hypophyse treffen als EINS aufeinander als euer Drittes Auge, als eure Fähigkeit, die höheren Wirklichkeitsfrequenzen wahrzunehmen.

Erlaubt eurem Dritten Auge, ein wenig zu blinzeln, und wir nehmen dieses Energiefeld natürlich, um es mit Gaia teilen.

Indem ihr dieses Energiefeld eures Dritten Auges nehmt, was bedeutet, dass eure Epiphyse und eure Hypophyse wie eins zusammenarbeiten, und es nach unten in euer Kehlkopf-Chakra bringt, könnt ihr fühlen, was für ein wichtiges Lichtportal euer Kehlkopf-Chakra ist. Haltet dies nun in dieser Jetzttheit zusammen und lasst dieses höhere Licht zu, in das ihr in eurem siebten und sechsten Chakra verschmolzen seid, um euer Drittes Auge zu erschaffen, zu erwecken und zu öffnen, und gestattet euch, zu diesem Portal eures Kehlkopf-Chakras zu gehen. Fühlt, wie sich eure Schöpferkraft ins Unendliche ausgeweitet hat.

Unendliche Ausdehnung eurer Schöpferkraft. –

Fühlt diese unendliche Ausdehnung eurer Schöpferkraft.

Nun bringt ihr diese Energie nach unten – noch nicht in euer Herz, sondern in euer Hohes Herz. Denn jetzt seid ihr bereit, euer Hohes Herz zu öffnen. Euer Hohes Herz befindet sich zwischen eurem Kehlkopf- und eurem Herz-Chakra, direkt auf eurer Thymusdrüse.

In eurer Thymusdrüse ist der Sitz eures Immunsystems. Dies ist also eine Quelle eurer wundervollen Kraft menschlicher bedingungsloser Liebe und wie ihr euch selbst heilt, wie ihr auch andere heilt und alle Wesen einschließlich Gaia selbst, alle Wesen Gaias und ihren Planeten Erde heilt.

Holt das nun in euer Herz-Chakra und fühlt, wie sich euer Herz-Chakra ausweitet, denn jetzt lebt es viel lebendiger als vorher.

**Lasst uns alle einen Lotus direkt in unserem Hohen Herzen wahrnehmen und fühlt, wie ein Höheres Licht diese Lotusblüte immer weiter öffnet.**

*Anm.: Sue macht hier eine Pause für Fragen: Wie erlebt/erfahrt ihr dieses erweiterte Gewahrsein? – Je mehr von uns allen berichten, wie sie ihren Wandel in ihrem Leben erleben/erfahren, geben wir anderen mit ähnlichen Erfahrungen Sicherheit. Die Menschen haben ständig interdimensionale Erfahrungen. Was nötig ist, dass diese bewusst gemacht werden, und sie sich deshalb untereinander darüber austauschen. Dann wird der Aufstieg „normal“ und zu einem Teil unseres alltäglichen Lebens.*

Nehmt nun dieses wunderbare zusammengefügte Energiefeld und fühlt, wie es euer dreidimensionales Herz einnimmt und wie es in euer Hohes Herz explodiert. Euer Hohes Herz ist genauso wie das Dritte Auge, es gibt sie nicht wirklich in der dreidimensionalen Frequenz. Sie gehören zu eurem vierdimensionalen Astralkörper und erwachen vollständig

in eurem fünfdimensionalen Lichtkörper. Indem jetzt jede/r einzelne von euch sich ihres/seines Hohen Herzens und des Dritten Auges gewahr wird, ist eure Aufmerksamkeit auf euren Lichtkörper gerichtet.

Erinnert euch: *Ihr SEID da, wo sich eure Aufmerksamkeit befindet.* Wenn ihr euch also nur kurz gestattet zu denken: „Hm, das müsste toll sein, einen Lichtkörper zu haben. Ich bin gespannt, wie sich das anfühlt. Ja, ich denke, ich denke darüber mal nach.“ Wenn ihr eure Aufmerksamkeit darauf richtet, dann kann das gesamte höherdimensionale Licht direkt in jenen Anteil eures Soseins gelenkt werden, den ihr ausweiten möchtet.

Wie viele von euch möchten sich also ausdehnen und bedingungslose Liebe in eurer Welt haben? Wie würde es sich anfühlen, einkaufen zu gehen, zur Post zu gehen, im dichten Verkehr zu fahren, sich an der Kinokasse anzustellen und jede Person, mit der ihr diese Wirklichkeit teilt, bedingungslos zu lieben?

Seid ihr in der Lage, die bedingungslose Liebe zu fühlen, die sie mit euch teilen? – Das ist eine wunderbare Vorstellung, um dieses Energiefeld in euer Hohes Herz zu ziehen.

Erdet dieses Bild mit eurem Atem: Zählt bis drei und atmet die bedingungslose Liebe ein, – eins – zwei – drei – haltet den Atem und zählt dann bis sechs, nehmt diese bedingungslose Liebe und legt sie in euer Hohes Herz – eins – zwei – drei – vier – fünf – sechs.

Fühlt, wie euer Hohes Herz aufbricht. Und indem euer Hohes Herz aufbricht, schießt es sofort hoch in euer geöffnetes Drittes Auge.

Nehmt jetzt die in diesem gesamten Prozess zusammengetragene bedingungslose Liebe und legt sie auf euer Drittes Auge: Zählt bis vier und atmet sie ein – eins – zwei – drei – vier – haltet, und legt sie beim Ausatmen bis sechs auf euer Drittes Auge mitten auf eurer Stirn – eins – zwei – drei – vier – fünf – sechs – haltet den Atem.

Fühlt nun den Bereich von eurem Scheitel in euer Drittes Auge hinein und durch euren Kehlkopf in euer Hohes Herz hinein und in euer physisches Herz.

Fühlt, wie die Resonanz in diesem Körperbereich höher ist als im Rest eures Körpers.

*Anm.: Sue macht an dieser Stelle wieder eine Pause zum Austausch. Sie greift eine Rückmeldung auf:*

*Wir gehen jetzt zu unserem ersten Chakra und holen jenen Samen, jenen Samen des Aufstiegs. Es ist der Samen des planetaren Aufstiegs, denn wir sind bereits multidimensionale Wesen, wir sind bereits in unserem Lichtkörper, doch wir waren freiwillig bereit, dieses Erdengefäß anzunehmen, was in der Tat sehr mutig war, denn es ist hier unten alles andere als leicht.*

***Wir setzen diesen Samen nun zunächst in unser vollkommen erwachtes Kronen-Chakra, von dort wandert er weiter, und wir teilen ihn mit unserem Dritten Auge, und wenn das geschieht, fühlt ihr jenes kleine Aufbrechen in eurem Dritten Auge und seht...***

*(Wieder erfolgt ein Austausch mit den Teilnehmenden.)*

Nun gehen wir noch einmal von unserem Kehlkopf-Chakra in das Herz-Chakra und dann in unser Hohes Herz und fühlen, wie alle Energien zu einem, ins Einssein, verschmolzen sind, und wie wir dann dieses wunderbare Einssein, dieses liebevolle Licht unten mit unserem Solarplexus teilen.

Der Solarplexus befindet sich direkt unter dem Herzen und den Lungen, und das dritte Chakra umfasst die gesamte Magengegend. Dieser Bereich braucht jede Menge Liebe und Licht. Wir werden diesen Bereich auch noch weiter transmutieren, denn hier liegen unsere angeborenen intuitiven Fähigkeiten.

Bis das Dritte Auge und das Hohe Herz geöffnet sind, nehmen wir intuitive Botschaften durch unser drittes Chakra auf. Das Dritte Auge und das Hohe Herz haben einen natürlichen Filter, der sicherstellt, dass unsere Wahrnehmung auf diese hohe Frequenz kalibriert ist.

Doch alle, die hellichtig, hellhörig, hellfühlend sind oder als Kind waren, wissen, dass wir dann, wenn wir die Botschaften durch das dritte Chakra empfangen, diesen Schutz haben. Und so fühlen wir, dass Menschen wütend sind, fühlen, dass Menschen traurig sind, fühlen, wenn Menschen uns nicht mögen, wir fühlen, wenn da jemand ist, wir fühlen all dies.

Jetzt werden wir dieses gesamte Energiefeld, das in die Einheit verschmolzen ist, nach unten in unseren Solarplexus holen.

Zuvor aber begeben wir uns auf eine Reise in unser Hohes Herz. Denn in unserem Hohen Herzen befindet sich der Atma. Und dieser Atma ist sehr nützlich, wenn wir uns nach unten in das dritte, das zweite und das erste Chakra begeben, die mehr von unseren menschlichen Einträgen aufweisen, die wir während dieser und anderer Myriaden Inkarnationen angehäuft haben.

Stellt euch vor, dass ihr dieses wunderschöne Hohe Herz seht, egal wie ihr es für euch aussieht, ist es für euch richtig. Und wenn ihr sehr genau in den Kern jenes Herzens schaut, werdet ihr eine brennende dreifache Flamme sehen. Und diese dreifache Flamme ist die Flamme von Weisheit (Gold), Macht (Blau) und Liebe (Rosa), nämlich vertraulicher, unendlicher Weisheit, bedingungsloser Liebe und multidimensionaler Macht.

Dieses Geschenk besitzt die gesamte Menschheit. Der Mensch muss jedoch für sich selbst bedingungslose Liebe empfinden. Denn nur jemand, der im Energiefeld der bedingungslosen Liebe lebt, wird diese ungeheure Macht auf eine bedingungslos liebende Art und Weise anwenden. Und nur, wenn ihr über bedingungslose Liebe in eurem gesamten Körper verfügt, werdet ihr in der Lage sein, jene interdimensionalen Botschaften wirklich klar zu empfangen.

Wir wissen, dass viele unter euch channeln und vor diesem Prozess der multidimensionalen Liebe channelten oder gechannelt hatten. Euch allen sagen wir, macht euch bereit für einen Reset/Neustart. Denn was ihr hereinbringt, was ihr teilt, wird in diese höhere Frequenz aufblitzen.

Ihr werdet in der Lage sein, dies zuzulassen, weil ihr unendlich geschützt seid durch die bedingungslose Liebe, die ihr für euch selbst, für Gaia und für alle Wesen auf Gaia empfindet, wie auch durch die bedingungslose Liebe für den gesamten Prozess des planetaren Aufstiegs.

Fühlt, wie das Energiefeld des dritten Chakras sich langsam aufbaut, so als würde die Energie langsam in das empfindliche Nervensystem einsickern. Es ist euer ‚Solarplexus‘ (das Sonnengeflecht), und wenn ihr die Erklärungen zu jedem Chakra gelesen habt, dann wisst ihr, dass jedes Chakra ein bestimmtes Nervengeflecht hat, und dies ist ein sehr wichtiger Knotenpunkt.

Fühlt, wie eure Nerven besänftigt werden. Manchmal kann das dritte Chakra auch sehr heiß werden, wenn es sich mit Energie füllt.

Fühlt also die bedingungslose Liebe, wie sie in dieses dritte Chakra hineinströmt, und fühlt, dass es sich so anfühlt, als würdet ihr in ein warmes Wasserbecken steigen. Indem ihr immer weiter und tiefer in dieses Wasser geht, fühlt ihr, wie es diesen Bereich eures Körpers streichelt.

Ihr fühlt auch, wie die bedingungslose Liebe eine Schnittstelle zwischen euch und dem Wasser bildet.

Seht euch jetzt in einer Situation, in der ihr mit einer Gruppe von Leuten zusammen seid, und fühlt, wie diese bedingungslose Liebe in eurem dritten Chakra eine Schnittstelle

zwischen euch und diesen Menschen darstellt.

Geht nun zu einer andere Szene, seht euch in einer stressigen Situation, sei es auf der Arbeit, oder euer Säugling schreit, und ihr könnt nicht feststellen, warum, oder ihr führt mit jemandem ein unangenehmes Gespräch oder ihr fühlt euch völlig fertig und erschöpft – fühlt wie sich die bedingungslose Liebe zwischen euch und die dreidimensionale Wirklichkeit geschoben hat.

Fühlt es.

*Wieder erfolgt ein Austausch mit den Teilnehmenden.*

Nun kommen wir zu all den Emotionen jener frühen Jahre unseres zweiten Chakras. Jede und jeder sollte sich jetzt ein Bild vor Augen holen von einem Anteil eures Inneren Kindes, das wirklich eure Liebe braucht: Nehmt einen langen, langsamen, tiefen Atemzug und lasst zu, dass eine Erinnerung aufsteigt oder ein Bild, ein Gedanke, ein Foto und fühlt jenes Kind-ICH.

*Austausch mit den Teilnehmenden.*

Wir nehmen jetzt dieses gesamte Energiefeld beginnend im siebten Chakra, gehen weiter über die Epiphyse und Hypophyse und nun den ganzen Weg hinunter durch das Kehlkopf-, das Herz-, das Solarplexus-Chakra und das zweiten Chakra bis nach unten ins erste Chakra, das Chakra der Anfänge, der Anfänge von – – – den Anfängen des Anfangs.

Nehmt euch wieder einen Augenblick Zeit und erlaubt eurer wunderbaren Vorstellungskraft, euch vorzustellen, wie ihr den ersten Entschluss fasst, in diesem JETZT ein Erdengefäß anzunehmen, um beim planetaren Aufstieg behilflich zu sein.

**Nun wir bitten euch, dass ihr euch vorstellt, wie ihr eure göttliche Blaupause aufschreibt, wie auch immer das möglich ist.**

Fühlt einfach, wie ihr, wer immer ihr wart, ob auf einem Sternenschiff oder in einer höheren Frequenz, wie ihr aufschreibt (es gibt kein besseres Wort), was ihr als eure Mission wählt. Die meisten unter euch kamen von Sternenschiffen, denn das war eure Zwischenstation, um in diesen Prozess einzutreten, in dieser wirklich, wirklich wichtigen Zeit des planetaren Übergangs ein Erdengefäß anzunehmen. Wir alle wussten, wieviel Gewalt es geben würde, das wussten wir alle, und wir wussten, dass wir direkt ins Feuer gehen würden.

*Doch wir nahmen das auf uns für den Planeten.*

Seht euch, wie ihr aufschreibt, was eure Mission ist...

Schreibt sie wirklich auf und heftet sie irgendwo auf euren Desktop, direkt im PC oder auf einem Stück Papier oder behaltet sie fest im Gedächtnis.

Fühlt das Energiefeld!

„Aus diesem Grund bin ich hergekommen: ...“

Das habe ich gewählt, um alles das durchmachen, was ich in dieser Inkarnation durchgemacht habe, damit ich in diesen Zustand der großen Ermächtigung komme, in dem ich meine Inkarnation erfülle.

*Sue erzählt, dass sie sich erinnert, irgendwann mit einer Art Lichtschreiber notiert zu haben: „Erinnere dich an zu Hause.“ Was ihr gelungen sei.*

**Fühlt, wie euch eure Höheren Selbst-Ausdrücke applaudieren:  
Gut gemacht! Gute Arbeit geleistet!**

~~~~~

Zum Ende des Webinars kam ein auch für Suzanne Lie überraschender Aspekt:

Wir möchten nun noch ein wenig über das **Buch des Lebens** sprechen.

Es ist der Wunsch der Arkturianer, dass jede/r von euch sich überlegt, welchen Satz oder welches Wort ihr in dieses Buch des Lebens schreibt. – – –

Fühlt nun in diesem Augenblick dieses JETZT das EINSsein.

Und indem ihr dieses Einssein fühlt, fühlt dieses Energiefeld.

Tretet jetzt alle einzeln in dieses Energiefeld ein, das wir geschaffen haben.

Fühlt es so ähnlich wie eine Kugel (einen Orb).

(Kurzer Austausch mit Shawwna Donop)

Ich kann jetzt die Verbindung mit euch fühlen. Das Energiefeld kam ganz plötzlich und hat sich sehr stark aufgebaut.

Sue ruft nun alle Teilnehmenden persönlich mit Namen auf: „N.N., wir laden dich ein, in das Energiefeld dieses leuchtenden Orbs, welches unser Buch des planetaren Lebens ist, einzutreten, das wir mit der bedingungslosen Liebe und dem Violetten Feuer erschaffen. Wir laden euch alle ein, dieser Orb der bedingungslosen Liebe zu sein.“

Fühlt, wie sich dieses Energiefeld immer mehr aufbaut. Es ist wichtig, dass wir anfangen, dieses Energiefeld zu fühlen, weil es sich als fünfdimensionale Energie nicht wie in der dritten Dimension anfühlt. Es fühlt sich nicht wie in der Traumzeit an. Dies ist anders. Fühlt es bei euch.

Meditation

Stellt euch vor, im Kern dieses Orbs bedingungsloser Liebe zu stehen.
Seht diesen Orb direkt vor euch. Streckt eure Hände aus und berührt ihn.
Macht eine viertel Drehung nach rechts und fühlt und berührt den Orb
auf der rechten Seite.

Eine weitere viertel Drehung; fühlt und berührt den Orb.
Noch einmal eine viertel Drehung; fühlt und berührt den Orb auf der linken Seite.

Macht eine viertel Drehung zu eurem Ausgangspunkt und fühlt,
dass dieser Orb aus bedingungslosem Licht euch vollständig umgibt.

Wenn ihr nun hinschaut, gibt es unten in dem Orb ein Portal,
das in den Kern der geliebten Gaia hinunterführt.

Wenn ihr nach oben schaut, seht ihr ein weiteres Portal,
das in die höchsten Frequenzen des Multiversums hinaufführt.

Ihr fühlt, wie das Energiefeld oben in den Orb hineinkommt,
durch euch geht und ihr die Energie ausweitet,
und sie geht aus dem Orb hinaus in Resonanz.

Nehmt zur Kenntnis, dass ihr, solange ihr euch in dem Orb befindet,
durch die Kraft der bedingungslosen Liebe vollkommen geschützt seid.

Fühlt jenen Schutz.

Wisst um jenen Schutz.

Lebt jenen Schutz.

Ihr seid multidimensionale Wesen, und ihr habt die große Ehre gewählt,
während dieses JETZT ein Erdengefäß anzunehmen,
um den planetaren Aufstieg zu unterstützen.

IHR wurdet für diese Mission ausgewählt, jede/r einzelne von euch,
egal, ob ihr bei diesem Treffen dabei seid und/oder es später hört (lest)
oder davon nur später erfahrt.

IHR wurdet ausgewählt, weil ihr WÄHLTET.

Denn in der fünften Dimension gibt es keine Trennung
zwischen jemand anderem, der euch auswählt und euch, die ihr die Wahl trefft.
In der Jetzttheit der Einheit sagtet ihr: „Ich muss Gaia helfen.“
Und da wart ihr.
Seid alle gesegnet.
Wir danken euch allen.
Macht Gebrauch von eurem Orb bedingungsloser Liebe.
Fügt ihn in eure täglichen Kommunikationen ein.
Denkt daran vor dem Schlafengehen, so dass ihr ihn in eure Traumzeit mitnehmt.

~~~~~

Lasst uns nun einen langen, tiefen Atemzug nehmen, um all das in uns aufzunehmen,  
worüber wir uns ausgetauscht haben und was uns mitgeteilt wurde.  
Wie fühlt sich die Zeit in dem Orb an?

Ist es nicht interessant, denn alle die sich mit euch über Orbs austauschen sagen, dass sie  
keinen Raum haben. Es kann keinen Raum geben, weil es keine Zeit gibt. Denn dies ist ein  
bedingungslos liebender Orb, und bedingungslose Liebe steht in Resonanz mit der fünften  
Dimension des JETZT im EINEN.  
Fühlt diese Resonanz im Kern eures Seins.

Fühlt, wie diese Resonanz 30-fach verstärkt wird, einfach durch die Teilnehmenden an  
diesem besonderen Seminar. Dieses Energiefeld wird sich noch mehr verstärken, wenn  
andere die Aufzeichnungen hören (lesen) und ihr Energiefeld ebenfalls hinzufügen.

**Auf diese Weise wird Gaia aufsteigen.**

Seid alle gesegnet.

Danke. Danke für so viel Hingabe an unser Vorhaben.  
Ja, das war Teil unserer ursprünglichen Ausbildung: Könnten wir uns über einen so langen  
Zeitraum einem einzigen Zweck so stark widmen? Es ist eine echte Herausforderung. Und  
ihr habt es geschafft. Gratulation euch/uns allen! Meine Segenswünsche.

Nehmt eure dicht besiedelten Orbs mit euch und besiedelt selbst euren Orb bedingungsloser  
Liebe. Da wir uns in der Jetzttheit des Einsseins befinden, heißt das, wenn jede/r einzelne  
ihren/seinen Orb bedingungsloser Liebe besiedelt, dann wird das automatisch mit allen  
anderen Orbs bedingungsloser Liebe ausgetauscht.

~~~~~



8 Wochen – 439.799 Minuten bedingungsloser Liebe – Was können wir weiter tun?

Wir möchten euch ermutigen, so weiterzumachen, wie es für euch hilfreich ist. Vielleicht seid
ihr noch nicht mit allen Chakren durch, und möchtet euch noch ein wenig mehr Zeit für die
Heilung nehmen, oder euch noch einmal einige Bereiche anschauen, in denen ihr das Gefühl
habt, dass ihr dort noch ein wenig mehr Liebe braucht. (Suzanne Lie)

Ostergeschenk:

Ich habe von vielen gehört, dass sie den begonnenen Prozess fortführen und noch mehrmals mit den einzelnen Chakren arbeiten möchten.

Zu diesem Zweck habe ich alle zehn im Jan./Feb. erschienen Artikel und Meditationen in einer Broschüre zusammengefasst. Layout und Schriftgröße habe ich so gewählt, dass sich die 83 Seiten mit der Broschüren-Funktion verkleinert ausdrucken lassen: [7 Minuten – 7 Chakren – 7 Wochen](#)

Dieser Vorabdruck ist nur für Leser/innen meines Blogs bestimmt:

KEINE Weitergabe

Quelle: Suzanne Lie www.multidimensions.com

Transkription und Übersetzung: Karla Engemann www.klang-weg.de/blog

Anhang: Chakren / Farben



Violettes Licht - Siebtes Chakra

Indigo Licht - Sechstes Chakra

Blaues Licht - Fünftes Chakra

Grünes Licht - Viertes Chakra

Gelbes Licht - Drittes Chakra

Orangenes Licht - Zweites Chakra

Rotes Licht - Erstes Chakra

© Awakening with Suzanne Lie www.Multidimensions.com

Anhang: Chakren / Schichten



Multidimensionales SELBST

ICH BIN-Gegenwart

Kausalkörper

Göttliches Kind/Schutzengel

Mentalkörper

Emotionalkörper

Äther-/Physischer Körper

© Awakening with Suzanne Lie www.Multidimensions.com

Anhang: Chakren / Ausrichtung

CHAKRA - AUSRICHTUNGEN					
	CHAKRA	DIMENSION	UNTER-EBENE	ATMOSPHERE	QUALITÄT
	7. Chakra Scheitel	5D	Der/die/das EINE	Exosphäre	WISSEN
	6. Chakra Augenbrauen	4D	Spirituell	Ionosphäre	Macht
	5. Chakra Kehlkopf	4D	Kausal	Mesosphäre	Weisheit
	4. Chakra Herz	4D	Höher Mental	Stratosphäre	Liebe
	3. Chakra Solarplexus	4D	Mental	Troposphäre	Gedanken
	2. Chakra Bauchnabel	4D	Emotional	Biosphäre	Emotionen
	1. Chakra Steißbein	4D	Ätherisch/Physisch	Hydrosphäre Lithosphäre	Fundamente

© Awakening with Suzanne Lie www.Multidimensions.com