

Claire Avalon

Band 1

Begegnung mit den
**Atlantischen
Priestern**

Blauer Strahl
Goldgelber Strahl
Rosafarbener Strahl



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

© Copyright Verlag »Die Silberschnur« GmbH

ISBN: 978-3-89845-488-9

1. Auflage 2015

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung eines Motivs von

© screenexa, www.fotolia.com

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstr. 1 · 56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Inhalt

Vorwort der Autorin	7
Vorwort für Kinder	11
Vorbereitung auf die Meditation – Erwachsene	14
Vorbereitung auf die Meditation – Kinder	16
Erster, blauer Strahl	19
Botschaft von El Morya, dem Lenker des blauen Strahls .	19
Mafese – Priester des Mutes und der Kraft	20
Samuele – Priester des Selbstvertrauens	31
Josira – Priesterin der kreativen Kommunikation	42
Desdena – Priesterin der positiven Nutzung der Macht ...	54
Bigenes – Priester der Umsetzung des ersten Impulses ...	65
Zahsira – Priesterin des Vertrauens in Schutz und Führung	77
Kiara – Priesterin der Zielsetzung	88
Zweiter, goldgelber Strahl	101
Botschaft von Konfuzius, dem Lenker des goldgelben Strahls	101
Wontan – Priester der Astrologie	102
Selestes – Priester der alten Künste	116
Ligatha – Priesterin für Yoga, Tai-Chi, Qigong, autogenes Training u. Ä.	129

Nokate - Priesterin der Philosophie	143
Hannane - Priesterin der Lehrer/Erzieher	156
Menedes - Priester des Schutzes der Umwelt	170
Bellana - Priesterin des Schutzes der Tiere	183
Dritter, rosafarbener Strahl	195
Botschaft von Rowena, der Lenkerin des rosa Strahls ..	195
Xelahra - Priesterin der Menschenrechte	196
Tunere - Priester der Kreativität	208
Hellenis - Priesterin der Menschenführung	220
Danina - Priesterin der Nächstenliebe	234
Yocara - Priesterin für Verständnis und Toleranz	247
Wellina - Priesterin der Kinder des neuen Zeitalters	260
Eglaia - Priesterin des Ablegens der Eifersucht	274
Die große Invokation	290
Über die Autorin	291

Vorwort der Autorin



Liebe Leserinnen und Leser,

dieses Arbeitsbuch ist das erste einer vierbändigen Reihe, wobei in jedem Band jeweils drei der zwölf Strahlen beschrieben werden. Die Reihe baut auf dem Buch *Die zwölf göttlichen Strahlen und die Priester aus Atlantis* auf, in dem die Atlantischen Priester und Priesterinnen bereits vorgestellt, beschrieben und im Sinne der Präzipitation – dem Schaffen aus der Urmaterie – in die Arbeit mit den zwölf Strahlen eingebunden wurden. Deshalb wird hier auf die Wiederholung dieser wichtigen Grundlagen verzichtet. Wenn Sie sich allerdings auch einen Eindruck vom Aussehen der Priester und Priesterinnen verschaffen möchten, was ja auch gerade in der Arbeit mit Kindern sehr wichtig ist, empfehle ich Ihnen begleitend die Lektüre über die zwölf Strahlen.

Auf Seite 14 finden Sie einen einführenden Text für Erwachsene, auf Seite 16 einen für Kinder. Diese Texte bieten sich als Einstieg in alle Meditationen an. Anschließend gehen Sie weiter zum entsprechenden Kapitel, indem Sie sich im Vorfeld für die Arbeit mit einem bestimmten Strahl entscheiden. Hierbei gilt: Weniger ist oft mehr. Begnügen Sie sich bitte immer mit einem Strahl und einem der Atlanter, je nachdem, welches Thema gerade angebracht ist. Sie werden sehr schnell merken, wie intensiv an und mit Ihnen gearbeitet wird.

Ein Tipp: Wenn Sie den einführenden Text zum Beispiel in einer Gruppe vorlesen, geben Sie der Einfachheit halber schon den Strahl vor, mit dem gemeinsam gearbeitet werden soll, denn dies erleichtert den Einstieg in die Energie. Seien Sie bitte auch so fleißig, und bereiten Sie sich vorher auf die Arbeit vor. Wer in Gruppen arbeitet, ob mit

Erwachsenen oder mit Kindern, hat genug Spielraum, die einzelnen Texte dem anstehenden Thema anzupassen.

Sie werden auch Meditationen vorfinden, die ein praktisches Arbeiten einschließen, zum Beispiel die Meditation mit Tunere vom rosa Strahl. Dann haben Sie ruhig den Mut, selbst oder innerhalb der Gruppe zu arbeiten und die Meditation später fortzusetzen. Gerade das lässt Sie kreativ sein, und vor allem werden Sie so die direkte Präsenz der Energie spüren.

Nehmen Sie bitte vorher das Buch über die zwölf Strahlen zur Hand, und schauen Sie sich noch einmal die persönliche Beschreibung der Atlanter oder auch ihrer Tiere und Tempel an. Lesen Sie die Texte genau durch oder die Passagen laut vor. Wir sind visuelle Wesen und können uns viel leichter mit den einzelnen Priestern auseinandersetzen, wenn wir ein genaues Bild von ihnen vor Augen haben. Sie werden sehen, es macht viel mehr Spaß, und Sie und Ihre Teilnehmer werden das Gefühl haben, etwas ganz Persönliches geschaffen zu haben. Die Atlanter gehen darauf ein, und es wird immer eine besondere Atmosphäre herrschen. Ich weiß, es ist Arbeit, aber die Texte nur einfach zu lesen, wird schnell langweilig, und es fehlt der Pep. Ganz ehrlich: Der Apfelkuchen schmeckt mit Sahnehäubchen doch auch viel besser – Oder?

Wenn Sie im Hintergrund musikalische Untermalung wünschen, wählen Sie eine geeignete Musik aus. So kann das Geräusch eines Wasserfalls durchaus sinnvoll sein. Schon während der Vorbereitung spüren Sie die Energie der Meister und Atlanter, die Ihnen gerne bei der Auswahl der Stücke helfen. Lassen Sie sich also führen. Die Atlanter bevorzugen im Übrigen vor allem in ihren Tempeln ein harmonisches Glockengeläut zur Vorbereitung auf ihre Worte.

Beherrigen Sie auch die Grußhaltung der Atlanter. Tunere vom dritten, rosa Strahl hat sie in seiner Kindermeditation auf Seite 218 sehr schön erklärt. Mit diesem Gruß wird jeder positive Eindruck und die Freude im Herzen bewahrt. Es ist auch das Zeichen der Atlanter für Respekt und höfliche Distanz zu allen Wesen im Sinne des Loslassens.

Ein Letztes: Sie werden viele Passagen finden, in denen Sie zum Hinhören und Aufnehmen von Botschaften aufgefordert werden. Lassen Sie sich und den Teilnehmern dafür bitte viel Zeit. Sie sind nicht bei einem Marathonlauf durch Atlantis. Dort hatte man alle Zeit der Welt.

Unser aller Ziel ist die selbstständige Kommunikation mit dieser Ebene mit Hilfe der inneren Stimme und von Impulsen.

Und ein entspannendes Bad oder den Besuch einer Sauna absolvieren Sie ja auch nicht in einer halben Stunde. – Sehen Sie Ihr Treffen mit den Atlantern und auch den Meistern doch als Einladung zur Entspannung, zur Regeneration und zur erfolgreichen Zusammenarbeit an, auch wenn es Zeit, Energie, Liebe, Geduld und Demut kostet. Aber es ist der Mühe wert – und nach einiger Zeit wird Ihnen bewusst, dass wir alle, die wir uns im irdischen Kreislauf befinden, aus derselben Quelle stammen. Diese Quelle kann nie versiegen. Sie sprudelt immer gleichmäßig und versorgt uns alle mit den wichtigen Impulsen. Hinhören, aufnehmen und umsetzen, das ist das Werkzeug, das wir brauchen, um diese wichtigen Stimmen zu “hören”.

Gehen Sie jetzt also mit mir auf die Reise und vergessen Sie die Kinder nicht, auch wenn Ihnen bewusst wird, dass Sie offensichtlich kein “Indigokind” in Ihrem Kreise finden. Sie werden sich wundern, wie viele “normale” Kinder es gibt, deren Intuition und Sichtweise verblüffend und von einer “anderen Welt” ist. Geben Sie ihnen eine Chance, denn sie sind unsere Welt von morgen.

Apropos Kindermeditation:

Ich höre des Öfteren, dass die Kindermeditationen so lang seien. Es heißt, die Kinder könnten nicht so lange still sitzen und mitmachen. Das hängt sicherlich auch vom Alter der Kinder und ihrer aktuellen Verfassung ab. Das sollte Sie jedoch nicht daran hindern, kreativ zu werden. Es mag ja sein, dass der eine oder andere Text gerade sehr gut in eine Alltagssituation passt. Dann scheuen Sie sich nicht, aus dem Meditationstext eine Geschichte oder gar ein Märchen zu machen. Der Text kann so gut als Basis dienen, aus der eine Geschichte wird. So dienen die Atlanter auch als Erzähler. Wäre doch auch eine

gute Idee, oder? Bei größeren Kindern kann man die Texte sicherlich als Diskussionsgrundlage benutzen. Außerdem können Sie einige Meditationen auch Schritt für Schritt aufbauen.

Also, ans Werk, und nicht gleich den Atlanter ins Meer werfen!

Herzliche Grüße

Ihre Claire Avalon

Vorwort für Kinder



Liebe Kinder,

eure Eltern, Freunde oder vielleicht auch Lehrer haben ein ganz besonderes Buch in die Hand genommen, um mit euch gemeinsam etwas zu lesen. Ich habe schon einige Bücher geschrieben, aber noch nie ein Buch für Kinder. So hat es mich dieses Mal ganz besonders gefreut, einige Kapitel für euch schreiben zu dürfen.

Atlantis ist sicherlich für viele von euch schon ein Begriff. Wir wissen, dass es ein uralter Kontinent ist, der vor langer, langer Zeit untergegangen ist. Das hatte zahlreiche Gründe, und viele Wissenschaftler befassen sich schon sehr lange mit der Forschung nach dieser untergegangenen Welt.

Ihr wisst, dass die Seele eines Menschen etwas ist, das jedes Leben überdauert. Der Körper stirbt zwar, aber die Seele – manche sagen auch Lichtkörper dazu – lebt weiter und entschließt sich dann irgendwann, wieder in einen Körper zu gehen. Dann wird man wieder als Baby geboren und wandert von Neuem auf der Erde herum. Man trifft natürlich wieder ganz viele Menschen, die man vor langer, langer Zeit in einem anderen Leben gekannt hat, denn die sind auch wieder einmal in einen Körper gegangen.

So kann man sich natürlich auch vorstellen, dass diese Seele, die ja jetzt in einem neuen Körper wohnt, sich irgendwie an diese ganz alten Leben erinnern kann. Genauso ist es mit Atlantis. Viele Seelen in den Menschen haben sich schon daran erinnert, dass sie dort einmal gelebt haben. Manchmal sehen sie auch Filme darüber oder lesen etwas in den Büchern und etwas in ihnen weiß, dass das alles richtig ist.

Vielleicht habt ihr schon mal das Wort “Intuition” gehört. So ein Gefühl oder eine Ahnung ist auch eine Intuition. Ja, und dann geht man meistens auf die Suche nach mehr Berichten, Bildern, Filmen und Informationen. In der Geistigen Welt, also dort, wo sich noch viele Seelen befinden, die im Moment nicht in einem Körper sind, wohnen auch noch viele Seelen, die seit dem Untergang von Atlantis nicht mehr in einen Körper gehen wollten. Jeder kann das für sich entscheiden. Das nennt man auch “freien Willen”. Diese Seelen waren damals in Atlantis sehr intelligent und gut zu den Menschen. Es waren große Persönlichkeiten, die man sehr geachtet hat. Man nennt sie auch Priester. Das hat nichts mit den Priestern in der Kirche zu tun, denn die machen eine ganz andere Arbeit, die auch sehr wichtig ist. Hier hat das Wort “Priester” eine ganz andere Bedeutung. Es meint eigentlich, dass sie viel Wissen haben und dieses mit viel Liebe an die Menschen weitergeben möchten. Jetzt müsst ihr euch vorstellen, wie es wäre, wenn diese Priester so wie ihr auf der Erde in einem Körper lebten. Man müsste sie immer besuchen gehen, um mit ihnen zu sprechen. Man könnte sie vielleicht auch anrufen oder anders erreichen. Das wäre aber sehr kompliziert, und ganz bestimmt würde man es oft vergessen, weil es so viel Zeit in Anspruch nehmen würde.

Also haben diese Priester sich vorgenommen, über den sogenannten “Geist” mit uns allen zu kommunizieren. Einerseits benutzen sie Menschen wie mich dazu, die sie direkt hören können und dann alles aufschreiben. Das sind sogenannte Medien. Aber nicht alle Menschen können diese Arbeit so wie ich machen. Das hat verschiedene Gründe. Die Menschen müssen ja bestimmte Dinge erledigen, und so hat jeder seine Aufgabe. Trotzdem können alle mit diesen Priestern sprechen, und zwar über ihre innere Stimme, die Gedanken und die Intuition. Am besten geht das in der Meditation. Da können euch eure Eltern sicherlich sehr gut helfen. Sie erklären euch, wie das geht. Dann machen diese Priester in der Meditation mit euch bestimmte Übungen, indem sie euch zu sich nach Atlantis einladen und dort viele interessante Dinge mit euch besprechen. Ihr werdet

sehen, wie schnell ihr euch dort wieder zurechtfindet. Dann könnt ihr auch malen, was ihr gesehen habt. Ihr werdet bestimmt sehen, wie viel Hilfe ihr von ihnen zusätzlich zu der Hilfe eurer Eltern, Geschwister, Freunde und sonstigen Begleiter bekommen werdet.

Ich möchte euch und euren Eltern gerne noch etwas Persönliches sagen: Manche Atlanter sprechen davon, dass die Menschen kein Fleisch essen und die Tiere am Leben lassen sollen. In Atlantis war das ganz normal, und die Menschen waren körperlich noch ganz anders aufgebaut. Wir heute leben anders und dürfen uns wieder dahin entwickeln. Aber Kinder brauchen viel gute Nahrung, um kräftig und erwachsen zu werden. Später können sie dann entscheiden, ob sie Vegetarier werden möchten oder nicht. Ihr braucht euch also keine Gedanken zu machen, wenn ihr und eure Eltern gerne noch Fleisch esst. Viele Erwachsene, die heute Vegetarier sind, haben als Kinder und Erwachsene noch gerne Fleisch gegessen, ich übrigens auch. Alles braucht seine Zeit, und wir dürfen uns zu nichts zwingen lassen.

Ich hoffe, ihr habt Freude an diesem schönen Buch. Vielleicht hat der eine oder andere ja Lust, mir mal zu schreiben oder ein Bild zu schicken. Ich würde mich freuen.

Seid herzlich umarmt,
Eure Claire Avalon

Vorbereitung auf die Meditation

Erwachsene



Begib dich in deinen geschützten Räumen an den Platz, der dich einlädt zu einer ruhigen Meditation. Nimm Platz, und mache es dir bequem. Schließe deine Augen. Du hast gelernt, in deine sieben Chakren zu atmen, bis sich eine entspannte Haltung in dir bemerkbar macht. Nimm dir Zeit, begrenze dich nicht und atme. Schlage dabei von deinem Wurzelchakra ausgehend feste Wurzeln in die Erde, damit du auch bereit bist, in deinem Körper zu bleiben. Nur so wirst du dich erinnern an alle Ratschläge und Mitteilungen.

Ruhe.

Nun visualisiere deinen Kausalkörper, der die Energie aller zwölf göttlichen Strahlen beheimatet. Stell dir vor, dein Höheres Selbst trägt ein Kleid, das all die Farben dieser Strahlen der kosmischen Schöpfung enthält. Visualisiere nacheinander die Farben Saphirblau, Goldgelb, Rosa, Weiß, Grün, Rot, Violett, Aquamarin, Magenta, Gold, Pfirsich und zuletzt Opal.

Ruhe.

Nun aktiviere in diesem Kleid den Strahl (den Strahl entweder selbst wählen oder je nach Thema vorgeben), mit dem du heute intensiv arbeiten möchtest, und lenke seine Strahlkraft ganz bewusst in das Chakra, das seiner kosmischen Wirkkraft zugeordnet ist. Fühle dort die Kraft des Strahls, und atme frei und kraftvoll.

Ruhe.

Du musst dich nicht weiter auf den Strahl konzentrieren, denn er wird dich begleiten, sei ohne Sorge. Halte die Augen geschlossen, und gehe auf die Reise nach Atlantis. Du kennst den Weg. Er führt

dich über Ozeane und ferne Länder, weit weg vom Trubel deiner Welt. Du weißt, jemand wartet dort auf dich, ein alter Freund oder jemand, den du vor langer, langer Zeit in dein Herz geschlossen hast. Dein Geist überbrückt die Zeit, die zwischen eurem letzten Wiedersehen und heute liegen mag. Lass dir Zeit und schau, ob du manches wiedererkennst. Nur der Frieden und gute Energien begleiten dich auf deiner Reise.

Ruhe.

Atme tief und ruhig ...

(Weiter mit der Meditation des entsprechenden Kapitels.)



Vorbereitung auf die Meditation

Kinder



Setze dich ganz bequem an deinen Lieblingsplatz, wo es warm und gemütlich ist. Dann schließe deine Augen, und atme ganz ruhig. Du fühlst, wie sich dein Körper wohlfühlt.

Jetzt stell dir vor, du würdest wie ein großer alter Baum Wurzeln in die Erde schlagen. Tief hinein wachsen sie, durch den Boden, auf dem du sitzt. Sie halten dich ganz fest und geben dir Sicherheit.

Ruhe.

Jetzt stell dir einmal vor, du sitzt in einem riesengroßen Luftballon. Er gehört dir ganz alleine. Halte deine Augen schön geschlossen, und sieh dich um. Gott hat in diesen Luftballon, als er ihn aufgeblasen hat, ganz viele Farben gepustet. Alle Engel und Helfer von Gott kennen diese schönen Farben. Schau dir die wunderschönen Farben genau an: Blau, Gelb, Rosa, Weiß, Grün, Rot, Violett, Aquamarin, Magenta, Gold, Pfirsich und Opal.

Ruhe.

Wenn dir nun eine Farbe besonders gut gefällt, dann sprich mit ihr. (Farbe entweder selbst wählen oder vorgeben.) Vielleicht sieht der Luftballon ja auch so aus, in dem du heute sitzt. Bitte die Farbe doch einfach, sich heute ganz besonders liebevoll mit dir zu befassen. Du wirst merken, wie sie dich liebevoll streichelt und wärmt. Sie wartet nur darauf, sich wie eine warme Decke über dich zu legen. Spürst du das? Decke dich mit ihr zu.

Ruhe.

Keine Sorge, die Farbe bleibt bei dir. Sie lässt dich nicht im Stich. Halte deine Augen ruhig geschlossen, und spüre, wie leicht du wirst,

als könntest du fliegen. Du bist jetzt ein Vogel, der alles unter sich sieht. Da ist einmal ganz viel Wasser, ein großes Meer, dann wieder eine Insel mit Palmen und vielen Menschen, die ganz klein aussehen und umherlaufen. Du siehst große, weite Flächen mit vielen Tieren. Hast du manches davon schon einmal gesehen? Kommt dir etwas bekannt vor? Du bist auf der Reise nach Atlantis. Dort warst du schon einmal, auch wenn es lange, lange her ist. Wenn du dort ankommst, wirst du sehen, dass dort jemand auf dich wartet, den du schon kennst. Ganz viele Engel begleiten dich. Kannst du sie sehen? Sie winken dir zu und strecken dir die Hände entgegen.

Ruhe.

Du fühlst dich sehr wohl. Die Engel sind immer noch bei dir. Sie tragen dich auf ihren Flügeln und geben dir ganz viel Kraft, denn langsam musst du zur Landung ansetzen wie ein Vogel, der sein Nest erreicht. Vielleicht siehst du sehr schöne Dinge, die dir auf deinem Weg begegnen. Freue dich an ihnen, und lächele ihnen zu.

Ruhe.

Atme ganz tief und ruhig ...

(Weiter mit der Meditation des entsprechenden Kapitels.)



Erster, blauer Strahl



Botschaft von El Morya, dem Lenker des blauen Strahls

“Möge der blaue Strahl seine Energie in euch versenken. Lenkt ihn in euer Halschakra als Ausdruck all eures Mutes zur Zielsetzung, des Willens zur Durchführung, des Vertrauens und der grenzenlosen Verantwortlichkeit für all euer Denken und Handeln. Er kläre euer Bewusstsein, den Samen zu legen in jedes Wesen, das euch begegnet, denn vor Gott sind alle gleich. Niemals sollt ihr beurteilen, was des Samens Weg zu sein scheint. Auch das Unkraut erfüllt seinen Dienst. Sein Wandel zum nährenden Getreide ist eine Frage der Kultur, des Zeitenwandels und der dargebrachten Energie.

Habt ihr den Samen in die Erde gelegt, so bringt das Wasser und haltet die schützende Hand darüber. Sprießt das dünnste Kraut, so seid der hütenden Natur gewiss. Wendet euch dem nächsten Körnchen zu, und wandert weiter in der Gewissheit der göttlichen Ordnung. Die unsichtbare Kette des Lichts lässt uns euren Weg verfolgen, seid gewiss. Nicht der Erdenlohn sei der Maßstab, sondern das Geistige zählt die Stationen. So eilt voran. Der Sämann braucht lange, um seinen Acker abzuschreiten. Tag und Nacht währt sein Marsch in der fruchtbaren Zeit. Ein kurzes Mahl und die Rast an einer reinen Quelle sind seine ganze Erquickung. Der tiefe Schlaf ist kurz und lehrreich. Dem Müßiggang bietet sich keine Stunde. Das ist das Licht der nächsten Dimension.”

Gott zum Gruße,
El Morya

Mafese

Priester des Mutes und der Kraft

Themen:

Ich habe keine Kraft.

Man hat mir zu große Aufgaben übertragen.

Mir fehlt der Mut zu neuen Schritten,
die Konsequenzen haben könnten.

Ich bin total überfordert.

Ich muss zu hart kämpfen.

Mir fehlt der Wille zur Tat.

Ich bin nicht geeignet für die Führungsrolle.

Man erwartet zu viel von mir.

Ich muss zu schnell entscheiden. Man lässt mir keine Zeit.



Wie oft geschieht es, dass du vom Lauf der Dinge überholt wirst? Wird dir manchmal auch bewusst, dass du all die Situationen selbst in Gang gesetzt hast? Was mag es für dich bedeuten, keine Kraft zu haben. Was ist Kraft? Kraft ist Antrieb, der innere Mut, etwas in Gang zu setzen. Man kann dir die Kraft weder nehmen noch geben. Allein dass du existierst, ist Ausdruck der Kraft.

Vergleiche dich mit einem Baum. Solange er lebt, entwickelt er in jedem Frühling seine Kraft neu, um teilzunehmen am Wachstum und am Leben in der Natur. Er hat geruht und sich vorbereitet auf etwas Neues. Sobald der Kreislauf des Lebens ihn fordert, folgt er seiner selbst gewählten Aufgabe. Und schon beginnt sich seine Kraft zu entfalten. Er weiß, was er zu tun hat. Und so weißt auch du in deinem Inneren, welch freudigen, tragischen und kreativen Prozessen

du dich in deinem Leben stellen wolltest. So betrachte die Forderung deiner Kraft als höchsten Anspruch an dein Mitwirken im Kosmos und am Prozess des Universums. Nur wer seine Kraft mühsam verschenkt, fühlt sich ihrer beraubt. So frage dich dann, wie viel Kraft dein Ego noch braucht, damit es sich gemessen fühlt am sichtbaren Einsatz aller anderen. Wer seine Kraft spendet für den Prozess des Gebens und Nehmens, wird sie erfahren als rückflutenden Strom einer sich ständig neu aufbauenden Lebensenergie. Ein Lebensstrom, der sich einsetzen will und muss für das Miteinander, für das Wachstum der Menschheit und im Sinne des Aufstiegsprozesses, wird sich immer wiederfinden in einer Führungsposition. Du wirst immer Seelen treffen, die sehr viel von dir erwarten und dich fordern. Vor allem wirst du das spüren, wenn sich deine Seele den blauen Strahl als Seelenstrahl erwählte. Aber nur du hast es so gewählt, nicht dein Schöpfer. So bleibe immer gelassen und ruhig, denn du weißt, du bist geschützt. Bitte um die Kraft und um den Mut, das zu bewerkstelligen, wozu du dich bereit erklärt hast. Halte dir immer dein Ziel vor Augen, denn dieses schenkt dir den Willen zur Tat.

Du hast dich eingefädelt in den irdischen Kreislauf von Zeit und Raum. Dieses Rad dreht sich unaufhörlich. Warum denkst du oft, du hättest zu wenig Zeit? Wo fängt sie an, und wo hört sie auf? Nimm sie dir, denn sie ist unendlich. Ihr Reservoir ist unerschöpflich. Wenn du gelernt hast, sie als deinen bereitwilligen Freund zu sehen, der sich deinem Wesen anpasst und sich in einer nicht berechenbaren Fülle verschenkt, wirst du nicht mehr in Phasen denken. Dann wird dir bewusst, dass dich die Zielsetzung und das Anvisieren dieses Ziels konfrontieren mit den zeitlich korrekten Gegebenheiten. So wirst du dann handeln wollen und können, wenn die Zeit gekommen ist. Mag sein, dass du dann viel mehr tun musst, als du dir vorgenommen hattest, aber du alleine erkennst dann die Notwendigkeit. Das gibt dir Kraft und Energie, zwei Tage ohne Schlaf zu arbeiten oder viele Entscheidungen in kurzer Zeit zu treffen. Habe doch den Mut, keine fremden Erwartungen zu erfüllen. Dann werden die Aufgaben nicht zu groß, und man kann dich nicht überfordern.

Gleichwohl solltest du erkennen, dass Erwartungen immer ein Spiegel sind. Du bist nur bereit, Erwartungen zu erfüllen, wenn du selbst weißt, was Erwartungen bedeuten. Auch du selbst kannst nicht warten. Du wartest konzentriert, dass andere das erfüllen, was notwendig erscheint. Und so stellst du an dich selbst die Erwartung, andere dabei zu begleiten, diese Erwartungen zu erfüllen. Gleichzeitig erwarten andere von dir eine Reaktion. Und so taucht der Mensch ein in den Kreislauf der Erwartungen.

Ich will dir helfen, mit Mut und im vollen Bewusstsein deines Kraftpotenzials durch dein Leben zu gehen.

Einstimmung (siehe Seite 14)

Meditation

Die Grenzen deiner jetzigen Existenz verschmelzen in einem weißen Licht der göttlichen Güte und Liebe. Bilder aus der Vergangenheit mögen auftauchen. Lasse sie an dir vorbeiziehen, auch wenn du dabei Schmerz empfindest. Es ist gut so. Segne alle Wesen und Situationen, und hülle sie ein in die allumfassende und bedingungslose Liebe. Dann lasse sie los.

Ruhe.

Öffne dein Herz für unsere Begegnung. Für mich ist sie sehr wertvoll. Auch ich habe mich darauf vorbereitet. Ich wusste, du würdest eines Tages hierher zurückkehren, um Kraft und Mut zu schöpfen für deinen Weg in der Unendlichkeit von Raum und Zeit.

Ruhe.

Du bist voll konzentriert. Unter dir erscheint ein Kontinent von atemberaubender Schönheit. Im Glanz der Sonne glitzert das Meer wie ein riesiger aquamarinfarbener Kristall. Kannst du mich sehen?

Ich warte am Meeresstrand auf dich. Ich sitze ruhig da und winke dir zu. Mein blaues Gewand leuchtet in der Morgensonne. Neben mir schläft mein Löwe.

Ruhe.

Schwinge dich langsam ein in die Energie von Atlantis. Komme an, und fühle dich zu Hause und erwartet. Sei mein Gast und von Herzen geliebt. Nimm Platz neben mir im strahlend weißen Sand, der dich wärmt nach der langen Reise.

Ruhe.

Habe keine Angst vor meinem Tier. Es ist friedlich und sucht deine Zuneigung. Fasse es ruhig an, wenn dir danach zumute ist. Vielleicht hast du ja auch Angst vor Tieren dieser Art, was immer einmal geschehen sein mag. Lehnst du sie vielleicht körperlich ab, indem du krank wirst in ihrer Gegenwart? Erkenne in Ruhe, dass deine Angst oder Ablehnung völlig unbegründet ist. Atme tief die frische Luft ein, und erkenne den Geruch deiner alten Heimat. Was erkennst du wieder? Was fühlst du? Wenn du traurig bist, lasse die Tränen fließen. Sie sind Perlen der Seele. Übergib sie dem Meer, das sie vereint mit dem Salz des Lebens. Wenn dein Herz sich freut, lasse es zu.

Ruhe.

Lasse uns gemeinsam auf das Meer schauen, das sich in gleichmäßigen Wellen vor unseren Augen bewegt. Dieses Meer kennt keinen Sturm. Siehst du die vielen Delfine? Sie erkennen dich wieder als ihren Freund.

Ruhe.

Also, hast du etwas Bestimmtes auf dem Herzen? Dann sprich, und ich werde dir einen Rat geben, dem du folgen darfst. Keine Sorge, es wird so in dir verankert, dass du damit umgehen kannst. Höre in dich hinein. Nimm dir Zeit.

Ruhe. (Längere Pause.)

Ich möchte dir Mut machen, damit du deinen Weg mit all deiner Kraft gehen kannst, die so unerschöpflich ist wie dieses Meer. Bedenke immer, dass du ein wichtiger Teil der gesamten Schöpfung bist. Ohne dich würde etwas fehlen, ein Stück der universellen Kraft.

Ruhe.

Fühle diese Kraft und den Willen in dir aufsteigen wie eine Fontäne der Wärme und des Friedens. Erspüre die Sicherheit, dass man nur das von dir verlangen kann, was du dir selbst vorgenommen hast. Dein Halschakra öffnet sich ganz weit. Atme das Salz des Meeres ein, das Salz des Lebens. Es möge dich stärken für all die wichtigen Aufgaben, die du dir wünschst und die du erfüllen kannst und wirst. Sprich das aus, was du nur von dir selbst erwarten kannst und willst.

Ruhe.

Du fühlst einen mächtigen Energieschub im Bereich deines oberen Rückens. Halte die Augen geschlossen, und nimm einfach diese unglaublich kraftvolle Energie in dich auf. Dabei legt sich ein blauer Mantel um deine Schultern. Es ist der Mantel des Schutzes und der Kraft, den Erzengel Michael dir schenkt. Trotz all der Kraft fühlt er sich ganz leicht und seidig an. Er braucht dich nicht zu wärmen, denn er ist nur zu deinem Schutz bestimmt. So kannst du ihn immer tragen, wenn du dir dieses göttlichen Freundes bewusst wirst.

Ruhe.

Wie wunderbar sind solche Stunden mit Freunden, die dein Innerstes kennen. Sei unbesorgt, du wirst all das schaffen, was du aus deinem Herzen heraus entscheidest. Du wirst all die Kraft dafür bekommen, um auch die Konsequenzen zu tragen. Du bist nur für deine Ziele und Entscheidungen verantwortlich.

Ich gebe dir folgende Affirmation mit auf den Weg:

Ich bin mir meines göttlichen Auftrages bewusst. Ich weiß, dass ich die dafür benötigte Kraft und den Mut in mir trage. Alles, was ich plane, entscheide und tue, unterliegt meinem freien Willen. Dafür setze ich all meine Energie ein. Die Kraft des blauen Strahles soll mich beschützen auf all meinen Wegen.

Ruhe.

Es wird Zeit für dich zu gehen. Komm wieder, wann immer du uns brauchst. Aber lerne, dein irdisches Werk mit Mut und Freude zu erfüllen. Vergiss nicht deinen blauen Mantel. Er wurde dir geschenkt. Wenn du wiederkommst, bringe ihn mit, damit wir ihn mit

neuer Energie bestücken können. Ich verneige mich vor dir in Ehrfurcht, dass du den Mut hattest, diese Reise anzutreten. Kehre nun zurück über die Meere, und finde dich wieder in deinem wunderbaren menschlichen Körper.

Habe Dank für deinen Besuch.

Adonai – Mafese, dein Freund

Mantra



*“Vater aller Dinge, gib mir die Kraft und den Mut,
meinen Weg so zu gehen, dass ich vor mir selbst bestehen
und das Geschenk der Unendlichkeit verstehen kann.
Zeige mir den Weg der zwölf Tugenden.”*



Text von Mafese für Kinder

Ich grüße dich. Mein Name ist Mafese, und ich freue mich, dass du mich einlädst, mit dir zu sprechen.

Du bist vielleicht noch nicht sehr lange auf der Erde. Aber sei gewiss, du bist von allen Menschen eingeladen worden, sie hier zu besuchen. Vor allem deine Eltern und Geschwister, deine Großeltern, Freunde, Lehrer und viele, viele Menschen, die dir noch begegnen werden, haben lange auf dich gewartet. Aber ich sehe manchmal, dass du meinst, du wärest nicht so stark wie die anderen. Manchmal sehe ich deine Angst, dass du dich nicht mit ihnen messen kannst. Habe keine Angst, der liebe Gott wird dir immer wieder genug

Kraft geben, damit du allen anderen mutig begegnen kannst. Du bist da, geliebt und verstanden, ganz gleich, was passiert. Er wird immer auf dich aufpassen und dir viel Kraft geben, wenn du ihn darum bittest. Aber du weißt auch, dass man dann seine Kraft wieder einsetzen muss. Auch ein Fahrrad fährt nur dann, wenn du die Pedale ganz kräftig bewegst. Fasse dir ein Herz, und stelle dich ganz mutig zu den anderen in die Reihe. Es wird dir nichts geschehen. Du hast auch das Recht, einmal ganz mutig nein zu sagen, wenn du müde bist. Weißt du, es gibt oft Erwachsene, die nicht zwischen Kindern und sich selbst unterscheiden können. Dann musst du ihnen Bescheid sagen.

Mutig sein heißt manchmal auch, sich zu wehren und nicht immer nur das zu tun, was andere von dir verlangen. Wichtig ist immer, dass du es mit deinen Worten erklären kannst. Wenn dir das gelingt, dann wirst du auch verstehen, dass auch die Erwachsenen nicht immer das tun können, was du gerade von ihnen verlangst.

Es kann sein, dass du manchmal nicht so schnell bist wie die anderen. Das macht nichts. Vielleicht bist du dafür in anderen Dingen besser als sie. Beobachte doch einmal im nächsten Frühling die Bäume in eurem Garten. Wenn die ersten Sonnenstrahlen ihre Äste wärmen, fangen die neuen Blätter an zu wachsen. Die Bäume erinnern sich daran, dass sie jetzt wieder viel zu tun haben. Irgendwann willst du doch die Äpfel oder die Kastanien ernten. Wenn du genau hinschaust, wirst du entdecken, dass es Bäume gibt, die viel schneller große Blätter haben als die anderen. Sie tun sich hervor durch ihre frühe Pracht. Die anderen warten noch. Sie müssen noch all ihre Kraft sammeln, um mitzumachen. Aber dann, nach einigen Tagen, kommen auch ihre Blätter hervor, und nach einigen Wochen sind sie alle voller frischer, grüner Blätter. Dann sieht man nicht mehr, wer zuerst sein Kleid entwickelt hatte.

Ich möchte dir helfen, ganz mutig und stark zu wachsen, damit du mit allen anderen Kindern und Erwachsenen gemeinsam viel Freude erleben darfst.

Einstimmung (siehe Seite 16)

Meditation

Ich kenne dich schon sehr lange. Freust du dich auch auf unser Wiedersehen? Lange habe ich auf dich gewartet, aber ich wusste, dass du mich eines Tages wieder einmal besuchen würdest. Vielleicht erinnerst du dich jetzt nicht mehr an mich. Aber ich habe dir vor ganz langer Zeit versprochen, dass ich dir immer helfen würde, wenn dir einmal der Mut und die Kraft fehlen. Ich halte mein Versprechen.

Ruhe.

Jetzt sei ganz achtsam, und beobachte alles unter dir. Siehst du das Land? Es ist wunderschön. Herrliche Farben kannst du erkennen. Das Meer leuchtet herrlich blau. Siehst du mich? Ich sitze am Strand und winke dir zu. Mein blaues Gewand leuchtet ganz stark in der Sonne. So kannst du mich am besten finden. Und dann schau neben mich. Siehst du den Löwen neben mir? Er schläft. Dieses Tier ist ganz zahm und mein bester Freund.

Ruhe.

Du spürst jetzt, wie du schwerer wirst. Ganz weich und sanft wie ein Vogel landest du neben mir im weißen Sand. Wie geht es dir nach diesem schönen Ausflug? Ich freue mich, dass du da bist. Setz dich neben mich. Der Sand ist ganz warm. Er tut dir gut.

Ruhe.

Mein Löwe freut sich sehr über deinen Besuch. Er mag dich sehr. Weißt du, früher in Atlantis waren alle Tiere die Freunde der Menschen. Man brauchte sich nicht vor ihnen zu fürchten. Die Kinder spielten damals mit allen Tieren. Du darfst meinen Löwen sogar anfassen, wenn du magst. Streichele ruhig sein Fell. Siehst du, er blinzelt dir zu und genießt deine Liebe. Jetzt atme ganz tief die frische Luft ein. Fühlst du dich wohl?

Ruhe.

Komm, wir schauen gemeinsam auf das Meer. Vielleicht kennst du ja das Meer schon aus deiner Heimat. Wenn nicht, dann schau, wie sich das Meer in gleichmäßigen Wellen bewegt, ganz ruhig und friedlich. Da, sieh hin, vor uns schwimmen ganz viele Delfine. Sie springen aus dem Wasser, hoch in die Luft, um dich zu begrüßen. Sie erkennen dich wieder. Du bist ihr Freund.

Ruhe.

Jetzt bist du ganz da. Schau mich an. Ich bin dein Freund. Vertraue mir. Was bedrückt dich? Wovor hast du Angst? Warum denkst du, verlangt man so viel von dir? Oder warum denkst du, will man deine Wünsche nicht erfüllen? Höre ganz tief in dich hinein. Ich spreche mit dir und gebe dir die Antwort. Du kannst sie hören. Glaube mir, du wirst sie nicht vergessen. Ich bin immer da und wiederhole sie für dich.

Ruhe. (Längere Pause.)

Hab doch Mut. Du wirst schon alles richtig machen. Schau, Gott kann so viel Kraft aus seinen Muskeln schütteln. Das reicht für alle Menschen auf der ganzen Erde. Du darfst dir so viel davon holen, wie du nur brauchst. Dann wirst du stark und kannst mit allen anderen mithalten. Du musst ihn nur immer wieder darum bitten. Sonst weiß er doch nicht, was du von ihm willst. Du bist ein ganz, ganz wichtiges Kind auf der Erde. Alle Menschen brauchen dich. Vergiss das nie.

Ruhe.

Jetzt merkst du, wie du ganz stark wirst. In dir wird es ganz warm und friedlich. Habe keine Angst, alle Menschen um dich herum sind froh, dass es dich gibt. Du musst doch ganz wichtige Sachen tun, damit ihr alle es gut habt. Jetzt sage zu dir selbst, was du für dich und alle Menschen tun kannst und willst. Du wirst sehen, wie sie dir zulächeln und froh sind, dass du da bist und dich anstrengen willst. Schau dir deine Eltern an, deine Freunde, deine Lehrer. Du bist für sie so wichtig. Und alle werden dir dabei helfen, mit ganz viel Liebe und Freude.

Ruhe.

Halte deine Augen schön geschlossen. Du hast das Gefühl, als würde dich jemand ganz fest in die Arme nehmen und an sich drücken. Es ist angenehm. Alles um dich herum ist blau. Kennst du Erzengel Michael? Er ist ein ganz hoher Engel, der allen Menschen Kraft und Mut gibt. Wer ihn ruft, bekommt von ihm einen wunderschönen blauen Mantel geschenkt. Er legt ihn dir um deine Schultern und hüllt dich ganz fest darin ein. Der Mantel gehört dir. Er ist ein Geschenk von Michael. Ziehe ihn immer an, wenn du viel Kraft und Mut brauchst.

Ruhe.

Michael verabschiedet sich wieder von uns. Jetzt wirst du alles schaffen, was für dich vorgesehen ist. Bitte ihn immer um Kraft. Gott schickt ihn dann sofort zu dir. Auch ich komme sofort, wenn du mich rufst.

Sage diesen Satz, wann immer es für dich gut ist:

Gott hat mich auf die Erde geschickt, um für mich und alle Menschen viel zu tun. Dafür schenkt er mir ganz viel Kraft und Mut. Michaels blauer Mantel soll mich dabei immer beschützen.

Ruhe.

Du warst jetzt lange hier. Langsam musst du wieder nach Hause gehen. Alle Menschen, die dich kennen, warten dort auf dich. Nimm deinen blauen Mantel mit. Wenn du wieder einmal kommen willst, bringe ihn ruhig mit. Ich danke dir für deinen Mut, mich zu besuchen.

Du wirst wieder ganz leicht wie ein Vogel und fliegst zurück über das Meer. Zu Hause angekommen, fühlst du wieder deinen kleinen Körper.

Ich danke dir für deinen liebevollen Besuch.

Adonai – Mafese, dein alter Freund

Mantra für Kinder



*“Michael, gib mir deinen blauen Mantel.
Michael, gib mir Kraft und Mut.”*



Samuele

Priester des Selbstvertrauens

Themen:

Ich habe kein Selbstvertrauen mehr.

Mir fehlt es an Selbstbewusstsein.

Ich fühle mich ungeschützt gegenüber den Angriffen von außen, gegenüber Neid und Eifersucht.

Ich habe Angst davor,
meine Ideen zu verteidigen und umzusetzen.

Ich bin mir meines eigenen Wertes nicht bewusst.

Ich drohe immer wieder zu kapitulieren, wenn andere mich bedrohen oder versuchen, mich zu überzeugen.

Ich habe keine Courage und keinen Kampfgeist.



Was bedeutet für dich Selbstvertrauen? Sich selbst vertrauen? Lernen, selbst auf etwas zu vertrauen? Lernen, von selbst auf etwas zu vertrauen? Siehe, Definitionen gibt es viele. Vertrauen kannst du nur, wenn du dir all der Dinge bewusst bist, die dein Selbst schätzt, anerkennt und bereit ist zu leben. Selbstbewusstsein wird oft verwechselt mit einem geordneten, trainierten und kampfbereiten Auftreten in der Gesellschaft. Wie oft wird es abschätzend und nicht selten abwertend an die Stelle von Egoismus und übertriebener Selbstdarstellung gesetzt. Wenn dein Bewusstsein gewachsen und die Bewusstheit gefördert ist, wenn all dein Denken sich nicht mehr nur um die eigene Achse dreht, sondern auch wohlwollend alle anderen Wesen um dich herum einbezieht, kann dir nichts mehr geschehen. Dann bist du dir deiner selbst bewusst, deines wunderbaren

Wertes als Teil des Ganzen. Dann kann dir nichts und niemand mehr etwas anhaben. Sogleich erlischt jeder Anspruch an dich, dein Denken und Verhalten anderen Maßstäben anpassen zu müssen. So wird Neid und Eifersucht die Grundlage entzogen. Jeder andere spürt dann, dass nur du selbst in diesem Moment und in dieser Situation das darstellen und verbreiten kannst, was dir eigen und im Laufe vieler, vieler Zeitalter in dir gewachsen ist. Dann bist du du selbst.

Du wächst über dich hinaus, nicht im Stolz, nein, dein Wert wird dir zum Bewusstsein. Bedenke, brauchst du dann noch Courage und überdimensionalen Mut, um andere zu überzeugen oder dich ihrer Überzeugung gegen deinen Willen zu entziehen? Nur der muss kämpfen, der nicht volles Vertrauen zu sich selbst hat. Warum bist du unsicher und fühlst dich bedroht? Was ist Bedrohung? Bedrohen kann man dein Leben. Das ist schlimm und bedarf dann vielleicht der Flucht. Aber bedrohen kann man auch deine Position im Beruf, in der Familie, im Freundeskreis. Man kann deine Überzeugung bedrohen. All das gelingt nur, wenn du nicht auf dein eigenes Potenzial vertrauen kannst. Lerne, dass jedes Wesen seinen Anspruch auf Perfektionismus ablegen muss, früher oder später. Wenn du verstanden hast, dass Fehler menschlich sind und dich sympathisch machen, bist du ein akzeptiertes Teilchen im Zahnrad des Universums. Dann bist du geschliffen. Deine Kanten sind vorhanden und dennoch gerundet. Man kommt an dir vorbei, ohne sich wehzutun. Aber man muss dich beachten, denn deine Existenz macht das Bild erst sichtbar. Dein Bewusstsein gehört zum Wachstum und zum Funktionieren alles Gewachsenen. Das wird dir Vertrauen geben in den Plan des Göttlichen, denn dort kommst du vor. Wenn es dich nicht gäbe, wäre der Plan nicht vollkommen. So vertraue auf dich selbst, so wie du es einmal getan hast, als du dich von Gott gelöst hast, um ihm zu beweisen, dass du es schaffst, in seinem Vertrauen und in seiner Liebe zu existieren, nicht verstoßen, sondern nur getrennt aus eigenem, freiem Willen. Du selbst wolltest die blaue Kraft des Vertrauens und der Kraft immer positiv um dich herum schwingen lassen, als immerwährender Bestandteil

der kosmischen, väterlichen Liebe, die den Plan aufrechterhält und kultiviert. Warum willst du vor dem scheitern, was du vor Äonen von Zeitaltern mit begründet hast? Bedenke immer wieder von Neuem, dass all das, was dich betroffen macht, von dir selbst mit inszeniert ist. Könnten es Prüfungen sein, denen du dich "selbstbewusst" unterziehen wolltest? Ich kann es nur bejahen, denn Vertrauen in dich selbst kann nur wachsen, niemals erlernt werden. Jeder Vater und jede Mutter trägt ihr Kind auf den Armen, bis es die eigenen Füße benutzt. Es will laufen und die Fremde erkunden. Dann müssen die Eltern loslassen und ihr Kind ins Vertrauen zu sich selbst, in seine eigenen Kräfte und in die des Schöpfers wandern lassen. Ein so kleines Kind weiß in seinem Inneren, dass da jemand ist, der es auffängt, wenn es fällt. Kleine Kinder tun sich nicht weh, wenn sie fallen. Warum? Weil ihre Entfernung zum Boden gering ist und ein unsichtbarer, schützender Arm sie hält. Wenn es um dein Selbstvertrauen geht, ist die Entfernung zum Herzen noch geringer als die eines Kindes zum Boden. Dein Herz ist seine Quelle. Der schützende Arm gehört jedem Wesen und zieht sich niemals zurück. So bleibe stark und dir deines Selbst bewusst, vertraue dir selbst. Schöpfe aus deiner Quelle der Kraft.

Einstimmung (siehe Seite 14)

Meditation

Ich danke dir, dass du den Mut und das Vertrauen gefunden hast, dich auf diese Reise zu begeben. Es zeigt mir, dass du bereit bist, an dir zu arbeiten. Danke dir dafür, denn nur du bist die treibende Kraft, niemand anders. Vielleicht begegnen dir auf deiner Reise in Gedanken Menschen, die dir nicht besonders zugetan sind und die, wenn auch unbewusst, dazu beigetragen haben, dein Selbstvertrauen zu schmälern. Dann fülle dein Herz mit Liebe und verzeihe

ihnen. Es mögen auch fremde Gesichter vor deinem geistigen Auge auftauchen. So lernst du die Seelen kennen, die dich in früheren Leben auf ähnliche Art und Weise begleitet haben. Auch sie bedürfen der Heilung auf dieser Ebene. Du weißt, mangelndes Selbstvertrauen kann auch auf karmischen Ursachen beruhen. Ich will dir helfen, zu wachsen und dein Herz mit Großmut zu füllen, denn alles, was du bereit bist zu verzeihen, wird dir den Lohn des Loslassens bringen. Also erkenne, dass nichts und niemand dein Selbstvertrauen beeinflussen kann, es sei denn, du lässt es zu. Schau also in Ruhe hin, und übe dich in verzeihender Güte.

Ruhe.

Nun, bist du bereit für unsere Begegnung? Ich erwarte dich in meinem Tempel. Du erreichst Atlantis, deine alte Heimat. Du kommst über das Meer zu mir. Das ist gut, denn mein Tempel liegt weit draußen auf einer Landzunge, die weit ins Meer hinausragt. Wenn du am Strand angekommen bist, brauchst du nur ein paar Schritte zu gehen, und du stehst vor meinem Heim, das dich einlädt zum Besuch. Der Tempel ist schneeweiß mit einem ultramarinblauen Portal, das offen ist. Wenn du bereit bist, komm herein.

Ruhe.

Tritt näher, und lass dich umarmen. Fühle meine Freude. Du musst verstehen, dass dein Besuch der erste Schritt in ein neues Selbstbewusstsein deiner Persönlichkeit ist. Als Dank und Zeichen meiner Hochachtung überreiche ich dir einen großen Türkis. Er soll dich begleiten und schützen vor jeglichen Angriffen mentaler und verbaler Art. Komm, wir nehmen Platz auf meinen dicken blauen Kissen. Setz dich mir gegenüber. Du wirst feststellen, dass mein Tempel sehr spartanisch eingerichtet ist. Nichts soll deine Aufmerksamkeit ablenken. Präge dir mein Aussehen ein, sodass du mich jederzeit visualisieren kannst. Meine smaragdgrünen Augen sollen dich begleiten. Wir wollen so wieder eine bleibende Verbindung schaffen, damit ich dich jederzeit über den Impuls erreichen kann. Konzentriere dich, und präge dir alles ein.

Ruhe.

Nun berichte mir in klaren und einfachen Worten, was dein Selbstvertrauen beeinträchtigt. Wovor hast du Angst, und was hält dich davon ab, dir deines Wertes bewusst zu sein? Beziehe dich dabei nicht auf andere Menschen, denn sie hast du ja in Liebe losgelassen. Sollten sie doch wieder auftauchen, mache deine Übung nochmals. Lasse dir Zeit. Nur so wirst du Neid und Eifersucht als Vergangenheit betrachten.

Ruhe.

Ich sehe noch deine Zweifel, ob du dich immer so durchsetzen und deine Ideen verteidigen kannst, wie du es dir wünschst. Weshalb kapitulierst du zu schnell oder lässt dich bedrohen? Erkläre es mir, das ist wichtig.

Ruhe.

Ich möchte dich aufbauen und dir sagen, dass all das Selbstvertrauen, das du benötigst, in dir selbst wächst und sich verankert. Schau in meine Augen. Über die Kraft der Gedanken will ich dir wichtige Hinweise geben, die du so selbst erkennen und in dein Leben integrieren darfst. Deine innere Stimme ist dein bester Ratgeber. Mit ihr will ich kommunizieren. Wir beginnen.

Ruhe. (Längere Pause.)

Siehst du, nun bist du gewappnet für deine selbstbewusste Teilnahme am Leben, für das Eintauchen in den Strom der Existenz. Ich überreiche dir als Zeichen unserer Übereinkunft meinen Schutzschild, begleitet von einer Affirmation, die du jederzeit einsetzen kannst. Nimm beides auf in dein Unterbewusstsein:

Ich bin bereit, meine einmalige Persönlichkeit zu schätzen. Ich vertraue auf mich selbst, denn ich bin ein wichtiger Teil des großen Ganzen. Alle mir gestellten Aufgaben erfülle ich mit Selbstbewusstsein und ohne Angst. Ich weiß, ich bin wertvoll. So bitte ich den blauen Strahl um Unterstützung, damit mein Vertrauen in mich selbst meinen Plan aufrechterhalte.

Ruhe.

Du kannst mich jederzeit besuchen, wenn du das Bedürfnis hast. Ich werde dir durch neue Affirmationen und Mantren helfen, deine

jeweilige Situation zu klären und vertrauensvoll zu erleben. Mein Schild und mein Türkis sollen dich begleiten in die Materie. Empfinde meinen Dank für deinen Besuch. Ich verneige mich vor dir im Frieden und bitte dich, zurückzukehren in deinen Körper. Verlasse meinen Tempel, und behalte ihn in deiner Erinnerung.

Adonai – Samuele, dein Freund

Mantra



*“Vater aller Dinge, gib mir das Selbstvertrauen zurück,
mit dem du mich einst ausgestattet hast,
um im Bewusstsein deiner Liebe durch Raum und Zeit
zu wandern. Zeige mir den Weg der zwölf Tugenden.”*



Text von Samuele für Kinder

Sei begrüßt, mein kleiner Freund, meine kleine Freundin. Ich heiße Samuele und möchte mich ein wenig mit dir unterhalten. In der letzten Zeit habe ich dich ein wenig beobachtet. Weißt du, auch wenn du mich nicht siehst, so kann ich doch durch die Wolken am Himmel auf dich hinuntersehen. Stelle dir einfach vor, ich hätte ein ganz besonderes Fernglas, durch das die Menschen nicht sehen können. Auch deine Mama und dein Papa haben kein solches Fernglas, weil es das auf der Erde nicht zu kaufen gibt. Nur der liebe Gott hat diese Ferngläser, und mir hat er eines geschenkt, damit ich die Kinder auf der ganzen Welt damit beobachten kann. Und weißt du, was ich durch dieses Fernglas sehe? Ich sehe, wenn es den Kindern, auch dir,

nicht so gut geht und ihr traurig seid. Manchmal sehe ich, dass du Angst davor hast, dich selbst zu verteidigen. Dafür kann es viele Gründe geben. Oft gibt es andere Kinder, die neidisch sind auf deine guten Noten in der Schule, deine Spielsachen, deine Eltern und Geschwister und vieles mehr. Sie wollen alles haben, was du hast, obwohl sie vielleicht Dinge besitzen, die du nicht bekommen kannst. Vielleicht hast du aber auch manchmal das Gefühl, dass dich die Erwachsenen, deine Eltern oder auch deine Lehrer, zu etwas überreden wollen, was dir überhaupt nicht gefällt. Schau, sie meinen es nur gut mit dir. Manchmal vergessen sie aber, dass du noch ein Kind bist. Aber sie sind erwachsen, viel stärker als du, und sie machen dir Angst. Sie verstehen nicht, dass du genau weißt, was gut für dich ist.

Vielleicht hast du einen Traum, was du einmal werden möchtest. Sage es ihnen und lerne, dazu zu stehen. Aber jetzt bist du noch zu klein, um alles alleine zu können. Die Erwachsenen sollen dich beschützen und für dich das Beste tun. Unterhalte dich mit ihnen, auch mit deinen Geschwistern, Freunden und Schulkameraden, auch mal mit deinem Lehrer. Du hast vor langer Zeit noch beim lieben Gott gewohnt. Aber dann wolltest du zu deinen Eltern und auf die Erde. Der liebe Gott hat zu dir gesagt: "Schau, da unten warten deine neuen Eltern auf dich. Zuerst bist du dann ein kleines Kind, aber es dauert nicht lange, und du bist so groß wie sie. Wenn du jetzt von mir weggehst, weißt du ganz genau, was du einmal werden willst. Dann bist du wie die Großen und wirst auch auf ein Kind warten, das noch bei mir wohnt. Um so groß zu werden, brauchst du aber ganz viel Mut, und du darfst all deine Ideen und Wünsche sagen. Das werden sie gut finden, und ihr werdet alles besprechen. Sie werden dir auch erklären, weshalb sie meinen, warum du so gut in der Schule sein solltest. Aber lerne, sie danach zu fragen. Das ist eine wichtige Aufgabe für dich."

Dann bist du auf die Erde zu deinen Eltern gegangen. Und wenn du größer wirst, dann erkennst du, dass du selbst nicht neidisch bist, weil du gelernt hast, dich bestimmt und freundlich zu wehren, zu unterhalten, und dass du alles bekommst, was gut für dich ist.

Dafür musst du dich nicht mit Fäusten wehren, böse werden oder dir einfach alles nehmen, ohne zu fragen. Du bist klug und hast viel gelernt. Dabei vertraust du dir selbst. Dann bist du ganz schnell groß, und alle werden dich bewundern, weil du ihnen so gut erzählen kannst, was du dir wünschst und werden willst. Also, wenn du traurig bist, winke mir einfach kurz zu. Ich schaue durch mein Fernglas und sehe dich winken. Das geht auch, wenn du schon im Bett liegst. Mein Fernglas sieht direkt in dein Fenster hinein. Ich helfe dir dann.

Einstimmung (siehe Seite 16)

Meditation

Vielleicht siehst du unter dir aber auch Menschen, die nicht so gut zu dir waren. Dein Spielkamerad, dein Schulfreund oder auch dein Lehrer, alle die, die dich vielleicht geärgert haben oder neidisch waren.

Ruhe.

Sei nicht mehr böse auf sie. Schicke jedem von ihnen einen Engel, der mit dir geflogen ist, und bitte ihn ganz lieb, diese Menschen wieder zu deinen Freunden zu machen. Er soll mit ihnen sprechen und alles erklären, was wichtig ist. Sage ihm ruhig vor, was er ihnen ausrichten soll.

Ruhe.

Beobachte von oben, was passiert, wenn er bei ihnen landet und mit ihnen spricht. Du siehst, wie sie nach oben zu dir schauen, lächeln und dir zuwinken. Winke ruhig zurück und freue dich. Es wird alles wieder gut.

Ruhe.

Stell dir vor, durch mein Fernglas habe ich dich schon lange kommen gesehen. Du kannst dir gar nicht vorstellen, wie ich mich darüber gefreut habe. Das war eine sehr gute Idee von dir. Es zeigt

mir, wie viel Mut du doch hast, dich ganz alleine auf den Weg zu mir zu machen. Ich weiß, du vertraust mir. Du weißt, dass ich hier auf dich warte. Niemand kann dir jetzt verbieten, mich zu besuchen und so mutig zu sein.

Ruhe.

Jetzt schwebst du direkt über dem klaren Wasser. Schau, vor dir siehst du ein Stück Land, das ganz weit ins Meer hinausragt. Man nennt das eine Landzunge. Dort wohne ich, ganz weit draußen. Jetzt landest du direkt am Strand, im warmen Sand. Ruhe dich zuerst ein wenig aus, und schau dich ruhig etwas um.

Ruhe.

Stehe langsam auf und gehe auf das schneeweiße Haus mit den Säulen zu. Es hat eine schöne blaue Tür, die sich langsam für dich öffnet. Gefällt dir das Haus? Hab keine Angst, ich bin in dem Haus und warte dort auf dich. Komm ruhig herein.

Ruhe.

Wenn du willst, komm ganz nahe zu mir. Ich nehme dich gerne in meine Arme. Ich bin so froh, dass du da bist. Es ist so toll, dass du ganz alleine gekommen bist. Liebst du Steine? Schau, ich gebe dir einen ganz großen Stein in die Hand. Es ist ein Türkis. Kennst du ihn? Du darfst ihn behalten. Ich habe ihn extra für dich ausgesucht, damit er dich schützt. Sieh mal, dort hinten liegen viele blaue Kissen auf dem Boden. Komm, wir setzen uns dorthin.

Ruhe.

Hier in meinem Haus gibt es nicht so viele Sachen wie bei dir zu Hause. Ich brauche sie nicht. Es genügt mir, wenn du da bist. Wenn du mich ansiehst, entdeckst du, dass ich ganz grüne Augen habe. Denke immer an meine Augen, wenn du dich mit mir unterhalten willst, auch wenn du wieder zu Hause bist. Sieh sie dir ruhig genau an.

Ruhe.

Jetzt bist du an der Reihe. Erzähle mir, was dich immer so traurig macht. Warum musst du dich so oft wehren? Weshalb sind die anderen neidisch auf dich? Warum wollen dich die Erwachsenen immer zu Dingen überreden, die sie gut finden?

Ruhe.

Ich will dir dabei helfen, dich zu verteidigen und über alles mit ihnen zu sprechen. Jetzt erzähle ich dir, wie das geht. Höre genau hin, wenn du magst.

Ruhe. (Längere Pause.)

Siehst du, wie einfach das geht? Pass auf, was ich dir jetzt in die Hand gebe. Du kennst doch sicherlich die Schutzschilde, die die Ritter früher hatten, wenn sie sich aufgemacht haben, um zu kämpfen. Einen solchen Schild habe ich für dich alleine gemacht. Den will ich dir schenken. Schau dir an, was ich darauf geritzt habe. Nimm ihn, er gehört dir.

Sage diesen Satz, wann immer du meine Hilfe brauchst:

Gott hat mich auf die Erde geschickt, um groß und stark zu werden. Mit dem Schutzschild von Samuele kann ich überall hingehen und sagen, was gut für mich ist. Ich habe keine Angst mehr vor anderen. Alle Menschen sollen Freunde sein, so wie Gott mein Freund ist.

Ruhe.

Jetzt musst du aber wieder nach Hause gehen. Deine Eltern, Geschwister, Freunde und auch deine Lehrer warten doch auf dich. Nimm den Stein und deinen Schild mit. Steh langsam auf, und gehe aus meinem Haus hinaus.

Ruhe.

Jetzt werde leicht, und fliege davon wie ein kleiner Vogel. Du fühlst wieder deinen Körper. Ich habe mich sehr gefreut. Komm gerne wieder, wann immer du magst.

Adonai – Samuele, dein Freund

Mantra für Kinder



*“Mein Schutzschild soll mich stärken,
mein Schutzschild stehe mir bei.”*

