

Bereite dich für die höheren Energien vor

Von Dylan Harper auf dreamcatcherreality.com; übersetzt von Beja

Alles und jede/r besteht aus Energie. Diese Energie ermöglicht es dem spirituellen Reich, mit dir in Kontakt zu treten. Es ist wichtig, dass du die Verantwortung für deine persönlichen Schwingungen übernimmst und sie so anhebst, dass du den universellen Energien begegnen kannst und Botschaften direkt von deinem Höheren Selbst, den Engeln, den Aufgestiegenen Meistern und anderen Lichtwesen empfangen kannst.

Je höher deine persönliche Schwingung ist, desto leichter ist es für das spirituelle Reich, mit dir Kontakt aufzunehmen. Die Engel, aufgestiegenen Meister und andere Lichtwesen schwingen mit einer viel höheren Schwingung als die Menschen.

Um Kontakt auf einer ordentlichen Basis herzustellen, musst du deine persönliche Schwingung anheben. Dies kann auf verschiedene Weisen erfolgen.

Meditation ist eine bekannte Methode, um deine Schwingung anzuheben. Ebenso hilft es, wenn du deine Aufmerksamkeit auf deine Gedanken richtest – je reiner die Gedanken, desto höher deine Schwingung. Entferne alle negativen Denkmuster und ersetze sie durch positive Gedanken.

Das Praktizieren dieser Übung ist alles, was nötig ist, um es zu deiner zweiten Natur zu machen. Und du wirst feststellen, dass andere Dinge in deinem Leben sich ebenfalls ändern, indem du eine stärkere und reinere Schwingung in deinem Energiefeld schaffst.



Du wirst nur jene Schwingungen in dein Energiefeld anziehen, welche die gleiche Resonanz haben.

Körperliches Training ist ein weiterer Weg, um deine Schwingung zu erhöhen. Sport kreiert nicht nur einen gesunden Körper, er schafft auch einen gesunden Geist. Wenn du trainierst,

setzt dein Körper Wohlfühl-Endorphine frei. Und wenn du dich gut fühlst, hebst du somit deine Schwingung an.

Finde einige Aktivitäten, bei denen du dich gut fühlst und beginne damit!

Iss qualitativ gute Nahrung und trinke reines Wasser. Was du in deinen Körper aufnimmst, wird auch deine Energie beeinflussen, also behandle dich auch in dieser Hinsicht freundlich.

Das Zusammensein mit Freunden und Menschen, bei denen wir uns geliebt und geschätzt fühlen, wird auch dazu beitragen, unsere Schwingung zu erhöhen. Umgebe dich mit liebenden Freunden und einer ‚Familie‘. Du kannst eine spirituelle Familie schaffen, die dir hilft und dich in deiner Schwingungs-Entwicklung unterstützt.

Wir haben gelernt, dass wir für den Aufstieg unser Bewusstsein in den Himmel erheben mögen. Meine Überzeugung ist es, dass wir unsere persönliche Schwingung erhöhen müssen, um mit der Schwingung unseres höheren Selbst in Resonanz zu kommen.

Sobald wir diesen Punkt des Einklangs erreicht haben, müssen wir unser Höheres Selbst näher zur Erde bringen – den Himmel auf die Erde bringen. Dies wird eine Schwingung der Reinheit näher zur Erde bringen und ihr helfen, ihre Schwingung in Vorbereitung zu den kosmischen Veränderungen anzuheben.

Wir alle spielen hier eine wichtige Rolle. Wir können alle anfangen, unsere persönliche Schwingung zu erhöhen, so dass wir in der Lage sind, unsere körperlichen Energien mit den Energien unseres höheren Selbst zu vereinen und so den Himmel auf Erden zu erschaffen.

Damit dies gelingen kann, müssen wir unsere unteren drei Chakren stärken, um die höheren Schwingungen zu verankern.

Irdische Aktivitäten sind wichtig. Denke daran, in der Gegenwart zu sein, da dies hilft, die unteren drei Chakren zu stärken.

Tanze und Lache. Achte auf die banalen Aktivitäten, die dich an irdische Erfahrungen anbinden. Dies wird deine Verbindung zu diesen Chakren stärken.

Stelle dir deine unteren drei Chakren als Wurzel-System eines sehr grossen Baumes vor.

Je stärker das Wurzelsystem, desto stärker der Baum. Die Wurzeln stabilisieren den Baum, so dass er stark ist und gesund wachsen kann.

Das unterirdische Wurzelsystem ist genauso gross wie der Baum mit seinem Blattwerk über dem Boden. Dies ist eine grossartige Möglichkeit, dir dein Chakrasystem bildhaft vorzustellen.

Die unteren drei Chakren sind die Wurzeln zu deinem Baum, das Herzchakra ist der Mittelpunkt, die Verbindung der Energien, und die oberen drei Chakren sind dein Baumstamm, die Äste und das Blattwerk. Wie stark ist das Wurzel-System deines Baumes?



Erlaube dir, aktiv zu werden, um deine Verbindung zu diesen lebenswichtigen Chakren zu stärken.

Hier ist eine kleine Übung zur Verankerung deiner höheren Energien in die Mutter Erde.

Setze dich auf die Erde, lege deine Hände fest auf den Boden. Nun nimm dir einen Moment Zeit für die Atmung und spüre im Ein- und Ausatmen die Verbindung deines eigenen Atems mit dem universellen Atem.

Nun fühle, wie die Energie des Universums nach unten durch dein Kronen-Chakra zieht. Bringe diese Energie durch das Stirn-Chakra, dann das Hals-Chakra und fühle dann, wie es sich mit deinem Herz-Chakra verbindet.

Lasse diese Energie für einen Moment in deinem Herz-Chakra ruhen. Dann lass die Energien nach unten durch deine Arme und in deine Hände fließen. Spüre, wie sich diese Energie als Wärme oder Kribbeln in deinen Händen ausbreitet.

Verbinde dich mit Mutter Erde und lass diese Energie durch dich hindurch und tief in die Mutter Erde fließen. Spüre dies, betrachte es und erlaube diesen Austausch von Energien aus dem Universum durch deine Hände zu Mutter Erde.

Während diese Energie übertragen wird, sage: „Ich segne dich und danke dir, unsere geliebte Mutter Erde, im Namen all dessen, was ist.“

Wenn du fühlst, dass dein Energie-Austausch beendet ist, bring dein Bewusstsein zurück zu deinem Atem und lass die universellen Energien zu ihrem Ursprung zurück kehren, wissend, dass du an DEINEN göttlichen Willen wieder anknüpfen kannst.

Du wirst dich erfrischt und energetisiert fühlen, da deine Energie durch den universellen Energieaustausch verfeinert wird.

Diese Übung kann täglich, wöchentlich oder monatlich durchgeführt werden. Bei einer monatlichen Wiederholung würde ich entweder den Vollmond oder den Neumond empfehlen.

Je mehr wir uns mit den universellen Energien verbinden und einen Energieaustausch zwischen der Erde und dem Universum ermöglichen, desto höher wird unsere persönliche Schwingung. Je höher unsere persönliche Schwingung wird und je mehr wir im Einklang mit dem Universum sind, desto besser fließt Liebe und Harmonie zur Menschheit.