

*"Jetzt, in den nun kommenden Sommermonaten ist es eine gute Gelegenheit, so viel wie möglich draußen in der Natur zu sein. Sich dem Rhythmus von Mutter Erde anzupassen, soweit es in Eurem Alltag möglich ist.*

*Das bedeutet auch, ganz bewusst die unterschiedlichen Energien und Qualitäten im Tageslauf zu nutzen.*

*Eine Meditation in den Übergangsphasen des Tages - morgens und abends - führt Euch leichter in eine sehr tiefe Verbindung mit Eurem wahren Sein und darüber hinaus zu einer engeren Verbindung mit Mutter Erde.*

*Nutzt die Stille der Morgen- und Abenddämmerung um die Stille in Euch auszuweiten, um ganz im jeweiligen Augenblick zu Sein.*

*Der Sommer ist die Zeit, in der sich die Energie von Himmel und Erde, Kosmos und Mutterschoß auf das Innigste verbinden und austauschen.*

*Es ist eine fruchtbare Zeit, eine Zeit, in der sich Himmel und Erde gegenseitig befruchten, nähren und mit ihren Energien und Informationen austauschen.*

*Als Mensch nehmt Ihr eine Mittlerrolle ein. Ihr steht genau zwischen Himmel und Erde.*

*Jetzt ist ein sehr guter Zeitpunkt im Jahr, Euren Platz bewusst einzunehmen und die Energien von Himmel und Erde durch Euch strömen zu lassen.*

*Ganz bewusst könnt Ihr die Energiequalität von Mutter Erde in Euch einatmen. Verteilt sie in Eurem Körper und lasst diese Energie Eure physischen Leiden heilen. Seid aufmerksam, wo in Eurem Körper die Energie, diese Kraft von Mutter Erde gebraucht wird.*

*Spürt ganz bewusst diese kraftvolle, nährende, wärmende Energie.*

*Und dann wendet Euch achtsam der Energiequalität von Vater Himmel zu.*

*Lasst auch diese Energie in Euch hineinströmen. Nehmt wahr, wo in Eurem Körper sie sich verteilt, welche Bereiche sie nähren und heilen möchte.*

*Spürt den Unterschied der Energien von Himmel und Erde.*

*Und dann vereint beide Energieströme in Euch. Spürt, wie Ihr ganz eingebunden seid in diese Kraft- und Energieströme.*

*Wann immer es Euch möglich ist, praktiziert diese Meditation draußen in der Natur. Nehmt die Elemente der Natur wahr, spürt die Wärme der Sonne auf Eurer Haut, den Wind und auch den Regen. Setzt Euch den Elementen aus. Taucht ein in den Informationsfluss von Himmel und Erde.*

*So seid Ihr an Eurem Platz, versorgt mit dem Wissen und angefüllt mit der Energie von Himmel und Erde.*

*Eingebunden in diesen Informationsfluss, wisst Ihr, welche die für Euch wichtigen, nächsten Schritte sind.*

*In tiefer Liebe und Verbundenheit grüßen Euch die Naturwesen, die Engel der Erde, die Hüter der Elemente.*

*Wir freuen uns auf jede Begegnung mit Euch."*