

KONTAKT ZUR TRAUMKRAFT ©

Unterbewusstseins-Reise. Autorin und Stimme: Sylvia Reifegerste

Lege dich bequem hin. So bequem, dass Du für eine bestimmte Zeit ruhig daliegen kannst. Schließe deine Augen und atme tief ein, und tief aus. Lasse die Gedanken an dir vorbeiziehen wie die Wolken am Himmel. In diesem Moment gibt es nichts für dich zu tun als hier zu liegen und da zu sein. Du atmest noch einmal tief ein und tief aus, und beim nächsten Einatmen befindest Du dich in einem wunderschönen Garten.

Es ist ein warmer Frühlingstag, und die Sonne scheint klar vom Himmel auf die Landschaft herab. Es weht ein angenehmer Wind, der zart deine Haut streichelt, und dein Haar sanft berührt. Die Luft ist angereichert von einem bezaubernden zarten Blütenduft. Der Geruch erinnert dich an etwas aus längst vergangener Zeit. Du erkennst in dem Garten viele Blumen, Pflanzen, Sträucher und Bäume. Hier in diesem Garten blüht alles was auf Mutter Erde gedeihen kann. Alles leuchtet in den unterschiedlichsten und herrlichsten Farben. Der Platz wirkt wie verzaubert, fast unwirklich, paradiesisch schön. Du bewunderst die unterschiedlichen Blumen und die üppigen Büsche. Du erkennst an den großen Bäumen verschiedene Früchte. Hier wachsen Blumen, Bäume und Früchte aus aller Welt. Du bist erstaunt, dass hier alles an einem Platz gedeihen kann. Kakteen wie Orchideen. Palmen wie Sumpfpflanzen. Tropische und subtropische Kulturen. Alles wächst und gedeiht hier. Du schaust dir alles in Ruhe an.

In einiger Entfernung hörst Du das Geräusch eines Baches. Du folgst diesem Geräusch und begibst dich zu dem Bach. Es ist ein wunderschöner kleiner Bach, der silberfarben über kleine Steine und Zweige hüpfet. Das Wasser gluckst und springt vor Freude. Sein Fließen klingt wie tausende helle Silberglöckchen. Du bist fasziniert von dieser natürlichen Schönheit. Die Lebendigkeit des Bächleins ist ansteckend. Sie geht auf dich über. Du spürst nun in dir dieses leichte, fröhliche glöckchen-klingende Fließen. Es ist angenehm, wohltuend und beschwingt zugleich. Du beschließt, ein Stück am Uferrand entlang zu gehen.

Der Bach führt dich in einen Wald hinein. Die Bäume sind in den unterschiedlichsten Grüntönen. Alles strotzt vor Gesundheit und ist von einem üppigen Grün. Du nimmst den erdigen, moosigen, pilzigen Waldgeruch wahr. Die Luft schmeckt nach den vielen Waldpilzen. Du lässt den Waldduft tief in deinen Körper hineinströmen. Ein sehr wohliges Gefühl breitet sich in deinem Körper aus. Du hast das Gefühl von Angekommen zu sein. Zuhause angekommen zu sein. Mit diesem vertrauten Gefühl gehst Du tiefer in den Wald hinein. Du gehst immer weiter und tiefer in den Wald hinein. Nach einiger Zeit bemerkst Du eine Lichtung. Auf dieser Lichtung steht ein Haus.

Du schaust dir das Haus an, und nimmst alle Einzelheiten wahr. In diesem Haus wohnt deine Traumkraft. Du gehst nun auf das Haus zu und gehst direkt zu der Eingangstür. Bevor Du sie erreichst, öffnet sich die Tür und Du kannst nun deine Traumkraft erkennen. Schau dir das Wesen an. Wie zeigt es sich dir? Zeigt es sich dir in einer menschlichen Form, oder als ein anderes Symbol? Ist deine Traumkraft männlich oder weiblich, geschlechtsneutral? Welchen Eindruck macht sie auf dich? Begrüße deine Traumkraft und frage, ob es irgendetwas gibt, was zurzeit wichtig für dich ist. Gibt es irgendeine Botschaft, die Du jetzt wissen sollst? Du

kannst nun deiner Traumkraft auch Fragen stellen. Sei offen für die Antworten, und nimm wahr.

Abschließend sage deiner Traumkraft, dass Du ab sofort mehr mit ihr zusammenarbeiten möchtest. Du möchtest künftig über deine Träume mehr über dich erfahren. Und Du bittest sie, dich hierbei zu unterstützen, indem sie dir Träume sendet, die klar, deutlich, übersichtlich, einfach und hilfreich für deine weitere Entwicklung sind. Bitte deine Traumkraft ebenfalls um Unterstützung, dass Du dich jetzt jeden Morgen bis auf Widerruf an ein bis zwei Träume erinnerst, und sie auch deuten kannst.

Die Zeit des Abschieds ist nun gekommen. Deine Traumkraft legt dir zum Abschied ein Geschenk in deine Hände. Schau es dir an. Über dieses Geschenk kannst Du jederzeit den direkten Kontakt zu deiner Traumkraft herstellen. Bedanke dich bei deiner Traumkraft, und mache dich dann auf den Rückweg.

Gehe wieder aus dem Wald hinaus. Gehe zurück. Am Bachufer entlang zu dem wundervollen Paradiesgarten. Nehme dir zum Schluss noch eine Blume aus dem herrlichen Garten, und komme dann mit deinem Bewusstsein wieder hierher zurück in diesen Raum. Spüre dich hier liegen, und öffne dann langsam und behutsam wieder deine Augen. Lasse dir Zeit mit dem Zurückkommen, und bleibe noch einige Minuten liegen.

Spüre nach, und höre der Musik zu.

ENDE

KONTAKT ZUR TRAUMKRAFT ©

Unterbewusstseins-Reise. Autorin und Stimme: Sylvia Reifegerste.

© Die Meditation ist urheberrechtlich geschützt und darf nur für den persönlichen Gebrauch verwendet werden. Jede Form der Vervielfältigung, Vermietung, Aufführung oder Verbreitung ist nur mit ausdrücklicher Zustimmung des Urhebers erlaubt.