

Eine schamanische Meditation:
Die Reise zur Seele von 1 bis 10: WIE OBEN SO UNTEN

Begebe Dich in die Stille und rufe deine Verbündeten und bestimme Deinen Schutzraum für Dich. Erlaube Dir mit Deinem Atem über die zehn Plätze des Rades zu reisen. Fühle Dein Wesen als Resonanzraum das die Schwingungsangleichung jetzt integriert:

1. **Fokus:** Ich bin bei heilige 1, **meiner Kernpersönlichkeit:** Ich bin die Sonne. Ich bin das Licht, die Wahrheit und der Weg. Ich bin Eins. Ich bin das Zentrum meines eigenen Kreises. Die Kuppel der Weisheit spannt sich über mich. Ich bin eins mit dem Universum und allem, was in ihm ist. Ich bin die heilende 1.
2. **Substanz:** Ich bin bei heilige 2, **meiner Ankerstimmung:** Im Schosse der Mutter Erde ruhe ich, am heiligen Fluss des Selbst. Hier bin ich den Liedern meines Körperwissens ganz offen und höre, woran ich mich erinnere und was ich weiß. Hier kann Ich den Umgang des gemeinsamen Kraftgewinns und der Autorität anziehen, denn jetzt kann ich erkennen, dass ich mit allem Lebendigen verwandt bin. Ich bin die heilende 2.
3. **Form:** Ich bin bei heilige 3, **meiner Projektionsstimmung:** Ich bin in einem Zustand von Vertrauen und Unschuld. Ich bin ein wunderschönes Kind von Mutter Erde. Eingebunden in ein Netz gegenseitiger Verbindung und Unterstützung mit allen Formen aller Dinge, lehren mich die Pflanzen aus dem Zentrum meines eigenen Kreises zu geben. Ich bin ich in der Schönheit einfach zu sein, wer ich bin. Ich bin die heilende 3.
4. **Bestimmung:** Ich bin bei heilige 4, **meiner Egopersönlichkeit:** Hier kommen die Tiere - die süße Medizin -, um mich zu lehren und mit mir zu tanzen. Ich beobachte wer kommt, und wie sie sich bewegen, wie sie mit mir in Verbindung stehen und was sie mir als Geschenk bringen. Die Schwimmer lehren mich die Wege meines Herzens zu gehen. Die Kriecher lehren mich die Harmonie auf der Erde und in meinem Körper zu halten. Die Vierbeinigen lehren mich Balance und Klarheit in meinen Absichten. Die Geflügelten lehren mich zu fliegen, mich dem Spirit hinzugeben um die größeren Zusammenhänge zu sehen. Ich begrüße alle, die kommen und nehme ihre Geschenke in Empfang. Ich bin Tier und ich bin der Bestimmer darüber, wie, was, wann, wo und mit wem ich mein Leben, das mir gegeben wurde, lebe und tanze. Ich bin die heilende 4.
5. **Verständnis:** Ich bin bei heilige 5, **meinem Schatten:** Ich bin ein Mensch. Ich lebe auf Großmutter Erde und kommuniziere mit offenem Herzen mit allen Wesen um einander Kraft zu geben, so, wie man sich im Regenbogenkreis versammelt. Ich habe ein Herz und umarme das Glücksgefühl, die Harmonie, die Gesundheit, den Humor und die Hoffnung. Ich verdiene es glücklich zu sein und am Leben zu sein. Ich bin ein balancierter Mensch. Ich bin die heilende 5.
6. **Imagination:** Ich bin bei heilige 6, **meiner Persona**, als Liebende/r: Ich erlebe mich selbst als Krieger/in, der sich für die hellen Pfeile entscheidet. Selbstgewahrsein, Selbstwertschätzung, Selbstakzeptanz, Selbstvergnügen, Selbstliebe, Selbstverwirklichung und für die Freiheit der Makellosigkeit. Dies ist mein Blick auf meine wahre spirituelle Natur. Ich erhasche ihn und umarme sie! Ich lasse zu, dass

dieses Wissen mich den Weg des Kriegers in meiner Einstellung und Haltung lehrt. Ich lasse meine Selbstkonzepte und meine Vision der Weltsicht klar werden, fokussiert und ausgerichtet auf die Erfüllung meiner eigenen Schönheit. Ich bin die heilende 6.

7. **Freiheit:** Ich bin bei heilige 7, **meine magische Persönlichkeit**, mein magischer Träumer: Ich stehe auf der Schwelle meines persönlichen, meines heiligen und meines kollektiven Traumes, meiner vorgeburtlichen Vision. Ich bin wach und bewusst und kontrolliere diesen Traum, dieses Leben, das ich lebe. Ich wünsche mir die Schönheit meines eigenen Wesens zu sehen und zu leben. Mein Ausstrecken nach meiner Selbstverwirklichung, nach meinem Glücksgefühl und nach der Sehnsucht, Freiheit in meinem Leben zu leben. Ich bin die heilende 7.
8. **Muster:** Ich bin bei heilige 8, **mein genitaler Sinn vom Selbst:** Ich bin im Einklang mit den Zyklen, dem Kreis der Gesetze und meinem eigenen Kindsfeuer. Während ich das eigene Buch des Lebens öffne, kann ich erkennen, was ich ändern kann und wie ich es vollbringe. Ich habe die Weisheit, zu erkennen, was ich nicht ändern kann und akzeptiere die Bereicherung, die es meinem Leben bringt. Ich bin in der Lage, physische Meisterschaft über meinen Körper, den ich mir ausgesucht habe, anzutreten. Ich bin die heilende 8.
9. **Choreographie:** Ich bin bei heilige 9, **mein Persönlichkeitssinn vom Selbst:** Ich bin am Platz der Bewegung, in der Lage und bereit dazu, meine Prioritäten, Entscheidungen und Wahlmöglichkeiten zu gestalten. Ich bin in der Bewegung des Chaos, wo ich die kleinste Chance ergreifen kann, um meine Realität in Harmonie und Balance zu erschaffen. Ich bin die heilende 9.
10. **Vollendung:** Ich bin bei heilige 10, **meinem Seelensinn meines Selbstes:** Ich bin grenzenloser Mind, innerhalb dessen alle Dinge möglich sind, ein Bewusstsein in allen Räumen und Zeiten. Ich habe einen vollkommenen Kreis abgeschlossen und stehe am Beginn einer neuen Integration meines multidimensionalen Selbstes, der Makellosigkeit und der Stärke. Ich bin die heilende 10.

Diese Reihenfolge entspricht auch den Chakren. Den sieben physischen und den oberen drei, nicht physischen Chakren, die außerhalb des Körpers liegen. Die 2. bis 6. Chakren entsprechen den fünf Königreichen der Muttererde.

1. Das Sonnenrad
2. Das Erdrad, das Mineralienrad
3. Das Pflanzenrad
4. Das Tierrad
5. Das Menschenrad
6. Das Ahnenrad
7. Das Traumrad
8. Das Karmarad
9. Das grosse Lichtrad
10. Das Seelenrad