

# Earth Seeds Meditation



Pflanze deine höchste Vision in die Erde, damit sie lebendig werden kann.

Plant your highest Vision into Earth so that it can become alive

Wir klären das Feld der Erde und verankern eine positive Zukunft, für Dich und für uns alle

Cleaning the Field of Earth and planting positive Future, for yourself and for all of us

english below

Deutsch:

Nimm dir bitte vor der Meditation ein wenig Zeit. Zünde dir eine Kerze an, mach es dir gemütlich. Vielleicht magst du ja auch eine Tasse Tee für dich kochen. Auf jeden Fall achte darauf, dass du dich wohl fühlst, du keine Stress hast und du ca 30 Minuten Ruhe hast

Nimm ein paar tiefe Atemzüge. Fühle wie die Luft in dich hineinströmt. Vielleicht kannst du auch einzelne Gerüche wahrnehmen. Merke wie dich jeder Atemzug entspannt und du allen Stress von heute ausatmen kannst.

Spüre den Stuhl auf dem du sitzt oder die Unterlage auf der du liegst und den Boden unter deinen Füßen. Ist es kalt oder angenehm warm? Ist es weich oder zwickt es irgendwo?

Jetzt lege deine Hand auf deinen Brustkorb auf dein Herz und fühle mit den nächsten 2 Atemzügen in deinen Herzraum hinein.

Und beim nächsten Ausatmen gehst du mit diesem Bewußtsein aus deinem Herzen nach unten. Immer weiter nach unten aus deinem Körper hinaus, in die Erde hinein und immer, immer weiter nach unten, bis du im Mittelpunkt der Erde angekommen bist. Und du kannst spüren, wie dich die Energie der Erde einhüllt. Sie erkennt dich, sie weiß wer du bist, und sie schickt dir ihre Energie durch deine Füße in deinen Körper hinein.

Du spürst, wie diese Energie durch deinen ganzen Körper geht. Sie füllt deine Beine, deinen Unterleib, deinen Bauch, deinen Brustkorb und deinen Kopf, bevor sie an der höchsten Stelle deines Kopfes wieder aus deinem Körper herauskommt.

Und sie steigt weiter hinauf, immer weiter, verlässt die Erde, verlässt das Universum - Ganz genau kennt sie den Weg, bis zur Quelle der Schöpfung, von allem was ist.

Und auch hier kannst du ein Weilchen bleiben und du wirst in die Energie der Quelle eingehüllt, denn auch die Quelle erkennt dich.

Sie schickt dir ihre bedingungslose Liebe und dein Körper füllt sich damit. Jede Zelle wird damit aufgefüllt, von den Zehenspitzen bis zu den Haarwurzeln.

Und wenn du so mit bedingungsloser Liebe aufgefüllt bist, schickst du sie in den Erdmittelpunkt hinein, genau dahin, wo du am Anfang der Meditation warst.

Und du kannst beobachten, wie diese bedingungslose Liebe sich von dort ausbreitet.

Über den Mittelpunkt hinaus, in den flüssigen heißen Bereich der Erde - das Feuerelement, in den Erdmantel, in die Erdkruste, die fruchtbaren Schichten und Steine - das Erdelement.

In die unterirdischen Quellen, die Flüsse, die Seen und das Meer, das Wasserelement.

Und in die Luft, die Atmosphäre, die erdnahen und die hohen Schichten, das Luftelement.

Und du kannst aus der Vogelperspektive sehen, wie die Erde strahlt. Du kannst sehen, wie Dinge, die nicht mehr gebraucht werden, einfach abfallen. Du erkennst nicht einmal, was es ist, es ist nicht mehr wichtig.

Jetzt wechselt die bedingungslose Liebe die Ebene. Sie geht von der materiellen Ebene in die geistige über und strömt in das Informationsfeld der Erde ein.

Da wo all die nicht verarbeiteten Vergangenheiten gespeichert sind, all das, was jetzt gelebt wird, all die Gedanken und Ängste über unsere Zukunft und all das, was in der Zukunft möglich ist.

Und durch die Liebe kann sich auch hier Altes lösen, das nicht mehr gebraucht wird. Es fließt einfach in das Licht der Quelle zurück, ohne all das noch einmal zeigen zu müssen. Dadurch kann sich die bedingungslose Liebe in diesem Feld ausbreiten. Es kann den Raum füllen, der bisher zu sehr blockiert war.

Und jetzt kannst du deine positive Vision mit einfließen lassen. Oder du lässt den Schöpfer oder dein höchstes Selbst die Samen aussuchen. Das kann etwas sein wie Frieden, oder die höchste Vision deiner Seele für dieses Leben, oder auch beides.

Sie sehen wie lichtvolle Samen aus, die du in der Hand hältst.

Bitte den Schöpfer oder dein höheres Selbst nun, die Samen am geeignetsten Ort in die Erde zu pflanzen.

Beobachte wie jeder Same langsam einsinkt und von fruchtbarer Erde umschlossen wird.

Du kannst erkennen, wie sich Lichtfäden von den Samen bilden, die wie automatisch das verbinden, das dafür gebraucht wird, damit sie wachsen können, wie sich das Feld neu ordnet und ausrichtet.

Wie sich Regen und Sonne abwechseln und langsam eine kleine Pflanze aus der Erde wächst.

Sie wird immer größer und größer, bis ein Baum vor dir steht, mit Wurzeln tief und breit in die Erde und einer Krone hoch und weit in den Himmel.

Und dann entdeckst du, wie Früchte in diesem Baum erscheinen und du kannst sie pflücken, so viele du willst. Und du genießt sie so richtig. Sie schmecken ganz wunderbar und ihre Kraft und ihr Leuchten verbindet sich mit deinem Körper und nähren dich und deine Seele.

Und immer mehr und mehr Früchte wachsen auf deinen Bäumen, bis es so viele sind, dass auch andere Menschen von diesem Baum ernten können, ohne dass es weniger werden.

Dann siehst du wie viele andere Lichtbäume rundherum schon wachsen. Du siehst wie sie sich gegenseitig stärken und eine immer stärkere Einheit bilden.

Du kannst sehen, wie immer mehr Menschen diese Früchte genießen und deine Lichtsamen dadurch das Feld der Erde mit all dem Positiven füllt, und all der Freude und dem Segen, der dadurch entsteht.

Wie sich dieses Licht, diese Liebe und diese Hoffnung ausbreitet und von einem zum anderen überspringt.

So kannst du erkennen, wie deine Samen, die du hier und heute pflanzt, dein Leben bereichern, aber auch das deiner Nachbarn, deiner Familie, deren Kindern und Enkelkinder, bis weit, weit in die Zukunft hinein.

Und du sagst: Danke - es ist getan, getan, getan

Und dann kommst du langsam zurück ins Hier und Jetzt, fühle deine Zehen und Finger, bewege sie ein wenig, beweg dich in deinem Körper, um wieder ganz darin zu landen.

Und während du die Augen aufmachst, spür einmal nach, ob sich dein Körper jetzt anders anfühlt. Nimm dieses Gefühl mit in den nächsten Stunden.

Und am besten trinkst du jetzt ein Glas Wasser, das hilft dir, die neuen Energien in deinem Körper zu integrieren.

english:

Please take a little time before meditation. Light a candle, make yourself comfortable. Maybe you would like to make a cup of tea for yourself. In any case, make sure that you feel comfortable, that you are not stressed and that you have about 30 minutes of peace

Take a few deep breaths. Feel the air flowing into you. Maybe you can also smell individual smells. Notice how every breath relaxes you and you can breathe out all of today's stress.

Feel the chair you are sitting on or the surface you are lying on and the floor beneath your feet. Is it cold or pleasantly warm? Is it soft or does it pinch somewhere?

Now place your hand on your chest on your heart and feel into your heart space with the next 2 breaths.

And the next time you breathe out, you go down with this awareness from your heart. Further and further down out of your body, into the earth and ever, ever further down until you have reached the center of the earth. And you can feel the energy of the earth enveloping you. She recognizes you, she knows who you are, and she sends her energy through your feet into your body.

You feel this energy going through your whole body. It fills your legs, abdomen, stomach, chest and head before exiting your body at the highest point of your head.

And she continues to climb, ever further, leaving the earth, leaving the universe - she knows exactly the path to the source of creation, of everything that is.

And you can stay here for a while and you will be enveloped in the energy of the source, because the source also recognizes you.

She sends you her unconditional love and your body fills with it. Every cell is filled with it, from the tips of the toes to the roots of the hair.

And when you are so filled with unconditional love, you send it into the center of the earth, exactly where you were at the beginning of the meditation.

And you can watch this unconditional love spread from there.

Beyond the center, into the liquid hot area of the earth - the fire element, in the earth's mantle, in the earth's crust, the fertile layers and stones - the earth element.

In the underground springs, the rivers, the lakes and the sea, the water element.

And into the air, the atmosphere, the near-earth and high layers, the air element.

And you can see from a bird's eye view how the earth shines. You can see how things that are no longer needed just fall away. You don't even realize what it is, it doesn't matter anymore.

Now unconditional love changes levels. It passes from the material level to the spiritual one and flows into the earth's information field.

Where all the unresolved pasts are stored, all that is being lived now, all the thoughts and fears about our future and all that is possible in the future.

And through love, old things that are no longer needed can be released here too. It just flows back into the light of the source without having to show all that again. This allows unconditional love to spread in this field. It can fill the space that was previously too blocked.

And now you can incorporate your positive vision. Or you can let the Creator or your highest self choose the seeds. This can be something like peace, or your soul's highest vision for this life, or both.

They look like bright seeds that you hold in your hand.

Now ask the Creator or your higher self to plant the seeds in the earth in the most appropriate place.

Watch as each seed slowly sinks and becomes surrounded by fertile soil.

You can see how threads of light form from the seeds, automatically connecting what is needed for them to grow, how the field rearranges and realigns itself.

How rain and sun alternate and a small plant slowly grows out of the earth.

It gets bigger and bigger until a tree stands before you, with roots deep and wide in the earth and a crown high and far into the sky.

And then you discover how fruits appear in this tree and you can pick them as many as you want. And you really enjoy it. They taste wonderful and their power and glow connects with your body and nourishes you and your soul.

And more and more fruit grows on your trees until there are so many that other people can also harvest from this tree without there being any less.

Then you can see how many other light trees are already growing around. You see how they strengthen each other and form an ever stronger unit.

You can see how more and more people are enjoying these fruits and how your seeds of light are filling the field of the earth with all the positivity and all the joy and blessing that comes from it.

How this light, this love and this hope spreads and jumps from one to the other.

This way you can see how the seeds you plant here and now enrich your life, but also that of your neighbors, your family, their children and grandchildren, far, far into the future.

And you say: Thank you - it's done, done, done

And then you slowly come back to the here and now, feel your toes and fingers, move them a little, move in your body to completely land in it again.

And while you open your eyes, notice whether your body feels different now. Take this feeling with you into the next few hours.

And it's best to drink a glass of water now, which will help you integrate the new energies into your body.