

## *Liebe Lichtfreundin, lieber Lichtfreund, an den Gott und die Göttin in Dir!*

*Draußen ist immer noch Krieg - es herrschen Unruhe und Zerstörung, auf allen Ebenen.*

*Lasst uns Frieden schaffen, innen wie außen! Denn was wir dort wahrnehmen ist nichts anderes als das Spiegelbild unseres Inneren.*

*Wundervoll an dieser Sichtweise ist, dass wir plötzlich nicht mehr hilflos und machtlos den „bösen Kräften da draußen“ ausgeliefert sind, sondern anfangen, Verantwortung zu übernehmen mit dem, was wir sagen, denken, fühlen.*

*Wir haben unendlich viele Möglichkeiten, Frieden und Liebe zu manifestieren, zuerst in unserem Herzen, dann auch draußen in der Welt.*

*Als ein Beispiel für viele andere hier eine einfache Übung, die Du allein oder mit Freunden zusammen machen kannst. Sie wirkt immer, nur in einer Gruppe macht sie vielleicht mehr Spaß und ist meistens auch noch kraftvoller: Setze oder lege Dich bequem hin. Sorge dafür, dass Du ungestört bist und kein Telefon o.ä. Dich stören kann. Schließe die Augen und atme tief ein und aus. Spüre, wie mit jedem Ausatmen die Spannungen des Alltags von Dir abfließen. Umgib Dich mit einer Schutzhülle aus reinem, weißen Göttlichen Licht. Gib ihr telepathisch oder laut den Befehl, nichts, aber auch gar nichts hindurch zu lassen, was nicht dem allerhöchsten Wohl Deiner Seele entspricht. Wenn Du magst, kannst Du Deine spirituellen Führer herbei bitten, auf dass Sie Dich in dieser Meditation unterstützen mögen.*

*Nun atme durch Dein Kronen-Chakra reinigendes, weisses Licht vom Gottesbewußtsein ein und fülle Deinen Körper ganz damit an. Wenn er ganz erfüllt ist davon, lenke Deine Aufmerksamkeit auf Dein Herz-Chakra. Lass nun den Lichtstrahl nach vorn durchs Herz-Chakra ausströmen - unaufhörlich, durch die ganze Meditation hindurch.*

*Stimme Dich dabei in Deinem Herzen auf die Frequenz von Frieden und bedingungsloser Liebe ein!*

*Sieh oder spüre, wie sich vor Deinem Herzen aus dem Lichtstrahl eine wunderschöne Wolke des Friedens und bedingungsloser Liebe formt.*

*Sieh in Deinem geistigen Auge, wie sie sich immer weiter ausdehnt. Lass sie wachsen und wachsen, bis der ganze Erdball von ihr umhüllt ist.*

*Du kannst sie auch gezielt in Kriegs- und Krisengebiete schicken. Ebenso kannst Du sie mit reinigenden, transformierenden Qualitäten ausstatten – Deiner liebenden Fantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt!*

*Sehr wichtig dabei ist, dass alles vom Herzen geschieht! Und wisse, dass Du dabei sehr starke, sehr wirkungsvolle und reale Energien freisetzt! Wann immer Du das Gefühl hast, Du möchtest diesen Prozess abschließen, kannst Du das tun.*

*Und gönne Dir dabei genügend Zeit, Dein Bewusstsein wieder ganz in Deinen physischen Körper zurück zu holen. Das ist wichtig! Und sei danach noch besonders achtsam mit Dir. Du kannst Dich wirklich gut fühlen: Du hast Dich selbst gereinigt und geheilt und gleichzeitig unserem wunderschönen z.Z. so sehr leidenden Planeten von diesen Heilenergien abgegeben.*

*Ich finde, es macht Spaß, aus der Hilflosigkeit und Machtlosigkeit heraus zu treten – hinein in unsere Macht, und von Herzen Verantwortung zu übernehmen für die Schwingungen in unserem Körper, in unserer nächsten Umgebung und sogar auf der Erde!*

*Lasst es uns endlich beginnen!  
Mit Freude und Optimismus im Herzen!  
Mit LICHT UND LIEBE!*

*Radha*

*im Dezember 1989*