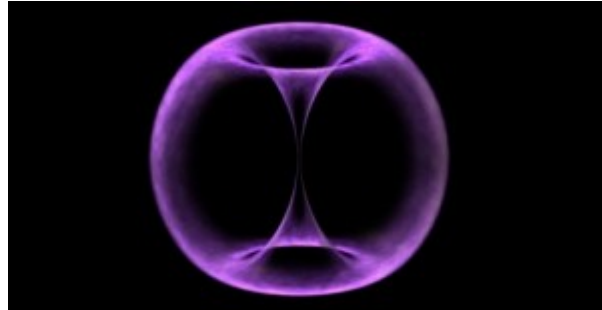


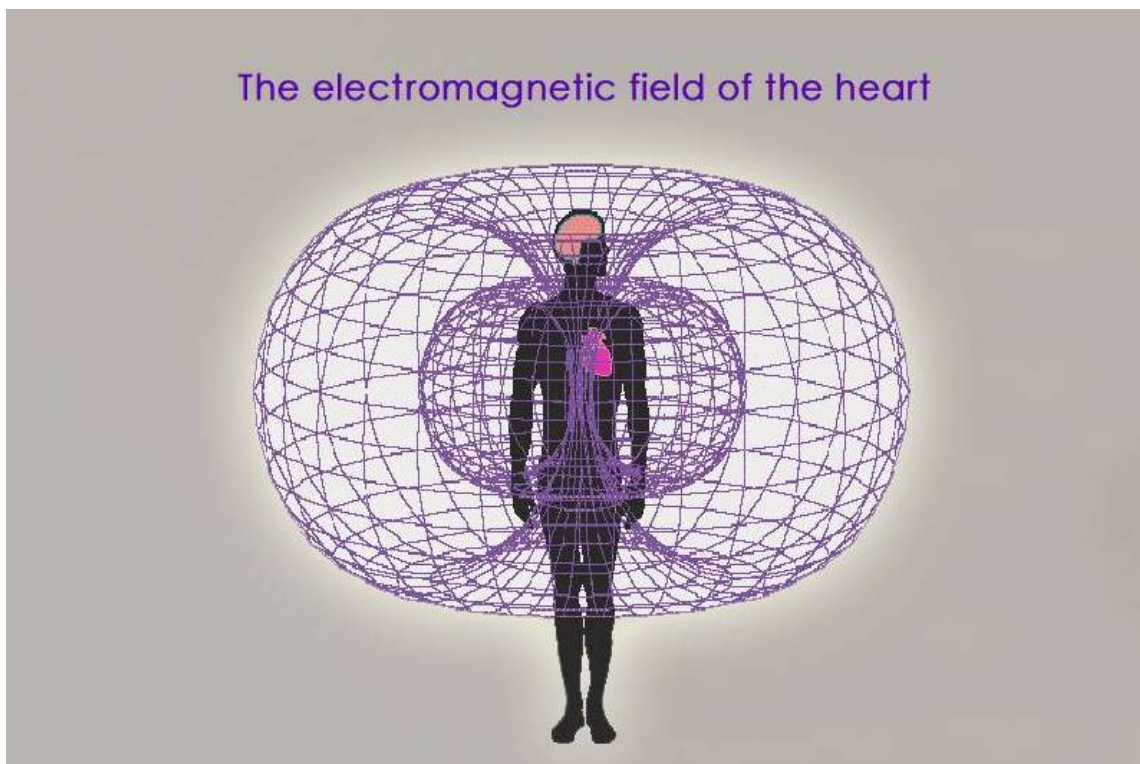
## **Sandra Walter: Christuslicht-Ausdehnungs-Meditation**

Die Meditation ist ziemlich intensiv. Wenn ihr noch nicht so viel Erfahrung habt, dann macht nur so viel, wie sich für euch gut anfühlt.

Der Röhrentorus sieht so aus:

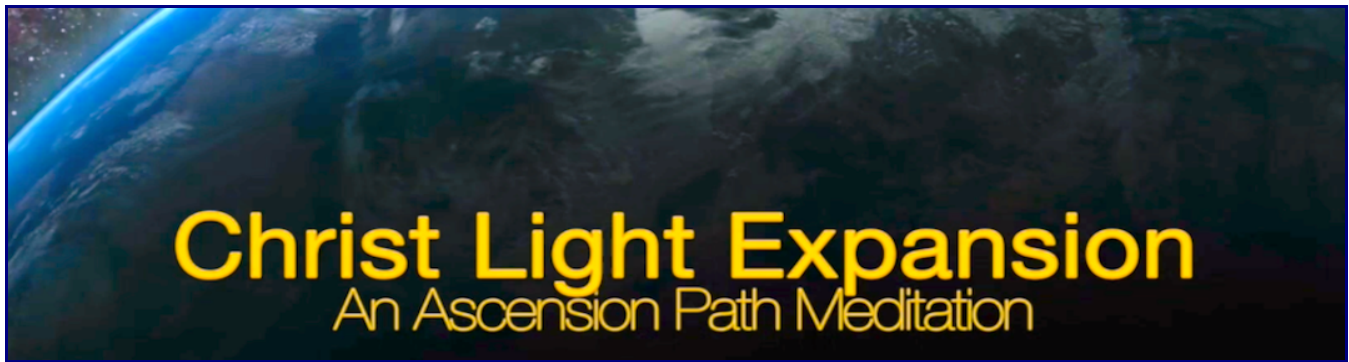


Als menschliches Energiefeld ist er so mit dem Körper verbunden ... nur daß der große Torus bis runter zu den Füßen geht:



Das kleinere ist der Herztorus, der auch im Text erwähnt wird. Die an der Wirbelsäule entlanggehende Röhre ist das, was Sandra "Aufstiegssäule" nennt. Alles andere ist glaube ich gut verständlich.

Zur Erinnerung: Die Zeiten für die jeden Sonntag stattfindende Einheitsmeditation sind in Mitteleuropa um 17:11, 20:11 und Montag früh um 2:11. Verbindet euch einfach mit dem gesamten Feld aller Teilnehmenden.



Sei gesegnet, Geliebte(r),

während dieser Reise werden wir unser Sein verstärken und uns mit dem Solaren Kosmischen geChristeten Zustand verbinden. Entspanne dich und entlasse sämtliche Dichte, die den Geist oder das Herz begrenzt, hege kein wie immer geartetes Urteil in bezug auf dich selbst oder die Außenwelt.

Beginne, indem du hereinrufst und hervorrufst:

Dein Höheres Selbst, deine ICH BIN-Präsenz und dein multidimensionales Selbst. Begrüße dein göttliches Begleitem, deine persönlichen Guides, die MeisterInnen, die Engel- und Erzengelreiche, die Bruder- und Schwesternschaften des reinen Lichts sowie deine Sternenfamilie, um dich energetisch zu unterstützen, dir beizustehen und den Fokus halten zu helfen. Atme dein wahres Wesen ein und heiße dein geChristetes Selbst willkommen.

Öffne deine Aufstiegssäule, die Röhre des durch den Körper gehenden Röhrentorus. Nun verbinde dich mit dem Herzzentrum. Stell dir dein Herzzentrum vor wie eine riesige glühende, strahlende Lichtkugel aus goldenem, kristallinem, diamantem Licht. Öffne die goldene Röhre des Herzzentrums-Torus und dehne sie aus. Befehl: Ich erde mein Herzzentrum in den fünft-/sechstdimensionalen kristallinen Kern von Gaia. Wirf die goldene Lichtschnur des Herzens hinunter und verankere sie dort. Fühle es.

Nun öffne den Wirbel der Kronenchakra-Ebene. Befehl: Ich verankere mein Herzzentrum nach oben durch die Astralebene hindurch im Kristallgitter. Fühle die Lichtlinie aus dem goldenen, kristallinen, diamantenen Herzzentrum, nach oben durch die Astralebene bis zum Kristallgitter.

Und nun gehen wir noch darüber hinaus und dehnen uns interdimensional aus. Verbinde dich mit dem Höheren Selbst, der ICH BIN-Präsenz, der Sonne, dem Galaktischen Zentrum, der Großen Zentralsonne und dem reinen Quellenbewußtsein. [Nach jedem dieser Schritte etwas Zeit lassen.] Verankere dich durch die Aufstiegssäule in diesem Flow, dieser Verbindung mit dem reinen Bewußtsein.

Während dieser Reise werden wir die kristallinen Strukturen im Körpergefährt, in den Energiefeldern und allen Aspekten des Selbst verstärken. Das golden-diamanten-kristalline Licht im Herzzentrum kann als warmes, glühendes Gefühl empfunden werden. Es ist unendlich und vereint mit der Quelle. Es ist ein Fraktal von allem, was ist. Die kristallinen Strukturen beginnen im Herzzentrum und aktivieren sich durch die Wirbelsäule, das Gehirn und das hohe Herz.

Wir beginnen also am unteren Ende der Wirbelsäule. Es gibt 33 solare Scheiben innerhalb der 33 Wirbel der Wirbelsäule. Wir wollen eine nach der anderen nach oben gehen und sie aufleuchten lassen, als würdest du bei diesen Sonnenscheiben einen Lichtschalter andrehen.

Benutze deine Hände zur Verstärkung und Aktivierung. Wir wollen an der Basis beginnen, eine nach der anderen, laß sie aufleuchten, 1, 2, 3, 4, sie strahlen reines göttliches Licht aus, während die Wirbelsäule aufleuchtet, 5, 6, 7, laß jede Sonnenscheibe aufleuchten wie eine unabhängige Sonne, 8, 9, 10, 11, 12, sie werden heller, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, du kommst jetzt zum Herzzentrum, 22, 23, 24, anheben, ausdehnen, 25, 26, 27 Sonnen, 28, 29, 30, 31, 32, 33, die ganze Wirbelsäule leuchtet auf, verstärke reines, göttliches, geChristetes Licht durch das Herzzentrum und die gesamte Wirbelsäule.

Jetzt durch das hohe Herzzentrum, die Basis des Kehlkochens, die Schilddrüse, verstärke es. Und jetzt lassen wir das Gehirn aufleuchten, das ganze Gehirn, den ganzen Schädel, aufleuchten, ver stärken. Die kristallinen Strukturen aktivieren und ver stärken sich, den ganzen Weg durch das Herzzentrum, die Wirbelsäule, das hohe Herz und das Gehirn. Befiehl, daß das geschieht: Kristalline Strukturen, aktiviert euch, ver stärkt euch.

Laß es jetzt durch die Schultern, Arme, Hände nach außen strahlen – laß sie aufleuchten, verstärke, dehne es aus, atme hinein, mit einem bewußten Atemzug ein und aus durch den Mund. Jetzt durch den ganzen Oberkörper, die Brust, nach unten in die Hüften, aufleuchten lassen, ver stärken, laß alle Dichte los. Jetzt nach unten durch die Beine, bis ganz nach unten zu den Füßen, reines Licht, kristalline Strukturen aktivieren sich in jeder Zelle. Goldenes, kristallines, diamantenes Licht.

Jetzt ver stärken wir es noch mehr, wir drehen die Lautstärke auf. Stell dir vor, tue so, als hättest du einen Lautstärkeregler, der bis 10 geht. Dreh ihn ganz auf bis 10, wobei du alles ver stärkst wie ein Dimmerschalter an einer Lampe. Dreh ihn auf, bis ganz oben hin, verstärke dein gesamtes Sein. Halte dieses Licht.

Heiße deinen Christus willkommen: Ich heiße meinen Christus willkommen. Verstärke jeden Partikel deines Seins, jede Zelle, jedes Atom. Erleuchte es mit dem reinen, geChristeten Licht. Jetzt verstärke es, so daß es den gesamten Raum erfüllt, deinen göttlichen, heiligen Raum, verstärke es. Dreh die Lautstärke noch weiter auf. Befiehl in diesem Augenblick, in diesem göttlichen Jetzt-Moment: ICH BIN Liebe, Liebe BIN ICH. ICH BIN Licht, Licht BIN ICH. Fühle es – fühle, wie das göttliche Licht, die Göttliche Liebe durch das Herzzentrum, die Wirbelsäule und das gesamte Körperfahrzeug fließt, nach außen durch die Energiefelder, alle Energiefelder leuchten auf, ver stärken sich, nach außen in den Raum. Fühl die Blase, das Strahlen, das gegen die Wände deines Raumes drückt. Du kannst nicht mehr eingegrenzt werden. Laß uns ins Grenzenlose gehen.

Das Höhere Selbst kommt jetzt herein und sagt: „Dieser Lautstärkeregler geht bis 22“, und dreht die Lautstärke auf, werde heller, in einem Radius von 150 Kilometern, dehne dich aus, verstärke dich. Dein Sein hat jetzt einen Radius von 150 Kilometern. Du kannst es dir als Bewußtseins ebene vorstellen, einen riesigen Röhrentorus oder eine riesige Kugel aus goldenem, kristallinem, diamantenen, platinfarbenem Licht, das nach außen strahlt, ein höheres Selbst, das die Lautstärke aufdreht, die Verstärkung aufdreht. ICH BIN Liebe. ICH BIN Licht. Halte es hier. Fühle die Göttlichkeit, die Reinheit. Atme.

Heiße nun die MeisterInnen willkommen, die geliebten Aufgestiegenen. Sie ver stärken uns bis 33. Verstärke bis zur globalen Ebene, verliere die Emotion, das Urteil, das Ego, den Verstand, die Identität, vollkommen. Bleibe ver stärkt. Ich bin Gaia. Ich bin aufgestiegen. Ich bin göttlicher Wille. Dehne dich bis zur planetaren Ebene aus. Halte, halte das Licht hier. Werde zum Licht von Gaia. Laß es durch dich hindurch ausstrahlen, göttliches Bewußtsein, die gesamte planetare Erfahrung. Atme, fühle den Frieden. Strahle Harmonie, Gleichgewicht, Reinheit, Göttlichkeit aus.

Berühre jeden Partikel von Gaia, die Naturreiche, die Elementarwesen und jeden göttlichen inkarnierten Menschen auf diesem Planeten. Jedes menschliche Herz, laß es aufleuchten. Du als die gesamte planetare Erfahrung verstärkst das reine geChristete Licht, läßt es durch dein Wesen hindurch strahlen.

Wir heißen nun unsere Sternenfamilie willkommen, die galaktischen Wesen, die die Lautstärke bis 44 aufdrehen. Wir dehnen uns nun aus und strahlen bis in die Ebene des Sonnensystems und der Galaxis, reines Sein, die reine Stille, das Gleichgewicht, der Friede, die Mission der Harmonie der göttlichen Wiederkunft des Christus. Wir strahlen dies jetzt durch die gesamte galaktische Ebene, dehnen uns aus, umschließen, strahlen alle Partikel der Erfahrung der galaktischen Ebene aus. ICH BIN solares, kosmisches, geChristetes Sein, solares kosmisches, geChristetes Sein BIN ICH. Atme. Atme die gesamte Galaxis ein. Strahle reines kristallines Licht aus.

Wir heißen jetzt die Große Zentralsonne willkommen. Dieses Große Solare Zentrum dreht die Verstärkung noch weiter auf, dreht die Lautstärke auf 144 und dehnt sich durch die Universelle Ebene hindurch aus – dehne deine göttliche Strahlung bis in die universelle Ebene aus. ICH BIN alles, was ICH BIN. Dehne dich aus, strahle dein reines Licht aus, den Frieden, das Gleichgewicht, die Harmonie, das reine Quellenlicht. Verschmilz mit dieser Strahlungsebene. Atme. Atme das gesamte Universum ein. Dehne dich aus in Frieden, Harmonie und goldenem, diamantenem, kristallinem, platinfarbenem Licht, der Strahlung reinen Lichts. Halte, atme, dehne dich aus, vergöttliche, läutere, mühelos, grenzenlos.

Wir heißen nun die reine Quellenlichtintelligenz willkommen, UrschöpferIn, unendlich, als das Multiversum atmend. Die Quelle dreht die Lautstärke bis ins Unendliche auf. Völlige Abwesenheit von Dichte, völlige Abwesenheit jeglichen Urteils, die reine Stille allgegenwärtigen Lichts, unendliches Licht, das sich nach außen verströmt. Atme als das Multiversum, atme das gesamte Multiversum ein und atme reines, göttliches Quellenlicht aus. Ganzes, herrliches, göttliches Licht, göttliche Liebe, göttlichen Willen. Sei das. Atme dieses zeitlose, unendliche, allgegenwärtige Licht. Ich bin alles, was ich bin. Ich bin göttliche Liebe, göttliche Liebe bin ich. Ich bin göttliches Licht, göttliches Licht bin ich. Ich bin göttlicher Wille; göttlicher Wille BIN ICH. ICH BIN das allgegenwärtige Licht des reinen Quellenlichtbewußtseins. ICH BIN alles, was ICH BIN.

Hebe die Hände und ziehe alles; was ist; in dein Herzzentrum. Langsam bewegst du die Hände auf dein Herzzentrum zu und fühlst das Multiversum, die reine Quellenlichtintelligenz, das Universum, die Galaxis, das Sonnensystem, die Sonne, Gaia, die gesamte Schöpfung, ziehe all das in dein Herzzentrum. Laß die Hände auf deinem Herzzentrum ruhen und atme das Multiversum ein.

Befiehl und verfüge: Ich bin göttliche Liebe. Ich bin göttliches Licht. Ich strahle das reine, wahre allgegenwärtige Licht endlos aus. Ich strahle das reine Christuslichtbewußtsein aus. Ich heiße dies willkommen durch mein Herzzentrum für die gesamte Schöpfung. Ich bin alles, was ich bin. Ich befehle jedem Partikel meines Seins, allen Ebenen, Schichten und dimensionalen Ausdrücken meiner selbst, sich in göttlicher Liebe zu vereinen und das reine geChristete Licht durch jede Zelle, alle meine Energiefelder und die gesamte Schöpfung strahlen zu lassen, von diesem Augenblick an. So sei es. ICH BIN die Auferstehung und das Leben. ICH BIN der Weg, die Wahrheit und das Licht. ICH BIN das Licht dieser Welt. ICH BIN alles, was ICH BIN. Dein Wille geschehe. So sei es.

Halte diese göttliche Frequenz von Liebe, Licht, Quelle und einem reinen geChristeten Licht in jedem Partikel deines Seins. Wann immer du zu diesem Zustand zurückkehren möchtest, leg deine Hände auf die Brust, fühle dein Herzzentrum, und laß dein gesamtes Selbst aufleuchten, das geChristete Sein, und strahle es nach außen. Atme als die gesamte Schöpfung. Atme das Fließen ein, die Stabilität, das allgegenwärtige Licht der Quelle. Danke. Ich liebe dich. So sei es.



Text © Sandra Walter 2014. Übersetzung © Zarah Zyankali 2016. Christ Light Expansion Bild & Video © Sandra Walter 2016. 1. Torusbild - Quelle unbekannt. 2. Torusbild © Institute of HeartMath, zur freien Benutzung verfügbar.

Bitte diesen Text immer nur vollständig und unverändert weitergeben, mit einem Link zu Sandras [Originalseite](#) (dort findet ihr den Video) oder [dieser Übersetzung](#) (dort gibts ebenfalls den Video).