



NEWS GEISTIGE WELT JULI 2024

Liebe Seelen da Draußen,

wir begrüßen euch im Sommermonat Juli.

In diesem Monat ist unsere ganz klare Bitte an euch:
Genießt und atmet.

Genießt den Sommer, eure Zeit im Freien, in der Natur, am Strand. Spielt Spiele, geht in die Entspannung, freut euch des Lebens. Tankt Kraft für all' die Dinge, die da noch auf euch zukommen und in Teilen anstrengend werden können. Für den einen mehr, für den anderen weniger.

Übt euch in Atemtechniken. Der Atem bringt euch stets immer wieder in eure Mitte zurück, davon einmal abgesehen, dass ohne Atem nichts läuft, kein Lebewesen leben kann.

Wieso ist die Atmung noch so wichtig?

Sie führt euch durch euern Körper. Bei bewusster Atmung fließt dieser durch euern Körper durch. Fangt einfach oben im Kronenchakra an und lasst den Atem dann durch euern Körper strömen. Bleibt dabei ganz entspannt und ruhig. Tiefe Atemzüge Ein (durch die Nase oder das Kronenchakra), durch die Füße wieder ausatmen in Mutter Erde hinein.

Der ein oder andere von euch wird voraussichtlich dabei feststellen, dass er beim Durchatmen des Körpers auf die ein oder andere Barriere stößt innerhalb des Körpers. Lasst euch davon nicht entmutigen, sondern fühlt euch eingeladen, den Atem immer wieder durch diese Barriere zu führen, bis sie sich aufgelöst hat. Das kann schon mal eine Weile dauern. Habt also Geduld, gebt nicht auf, atmet immer wieder in diese Stelle hinein und durch, bis sie sich aufgelöst hat.

Und wir möchten euch an dieser Stelle noch um etwas bitten:

Bitte versucht ritualisiert, euch jeden Morgen und Abend für einen Moment auf die Bettkante zu setzen und eure Atmung zu verfeinern. Konzentriert euch einfach auf eure Atmung, so 3-5 Minuten lang. Atmet tief ein, haltet den Atem kurz an, zählt dabei bis 5, atmet dann runter in die Füße aus.

/2



/2

Wenn ihr das regelmäßig macht, stabilisiert ihr euch für den Tag, kommt wieder in eure Mitte, seid dann viel mehr angebunden an euch selbst, ihr bekommt wieder ein anderes, feineres Gespür für euch. Und darum geht es die kommenden Wochen und Monate:

Verfeinert euer Gespür für euch.

Ihr benötigt dieses Gespür in der Folgezeit, um Entscheidungen aus euch selbst heraus treffen zu können. Ihr werdet zunehmend gefordert sein, mehr und mehr in die Eigenverantwortung zu gehen, dazu gehört es auch, Entscheidungen zu treffen, die aus eurer Mitte heraus erwachsen dürfen, nicht aus dem Verstand.

Hier geht es um die Selbstbestimmung eines jeden.

Um in die Selbstbestimmung gehen zu können, brauchst du eine Stabilität, die aus der Mitte heraus erwächst. Hast du diese nicht, „eierst“ du herum, bist wackelig unterwegs, hast keinen festen Stand. Deine Atmung verhilft dir stets, in deine Mitte zurück zu finden. Übe daher bitte, deine Atemtechnik zu verfeinern und ggf. neu auszurichten.

Selbstbestimmung steht für uns für die Freiheit im Sein.

Das ist das, worauf ihr all' die vergangenen vielen, vielen Jahre hingearbeitet habt. Und nun wird es sich bewahrheiten.

Wir kommen an einen Punkt, der dich auffordern wird, in die Selbstbestimmung zu gehen. Du wirst an bestimmte Situationen herangeführt werden, die dein Agieren aus deiner Mitte heraus erfordern, so du denn willst. Jeder kann hier für sich entscheiden, was er tun möchte, wie seine Vorgehensweise sein wird, jedoch haben all' diese Momente natürlich nachhaltigen Charakter.

Du bestimmst durch deine Entscheidungen dein künftiges Leben. Die Zeit der Vorbereitung ist tatsächlich vorbei. Es werden in Zukunft glasklare Entscheidungen von euch gefordert werden. Ein Herumeiern oder sich rausziehen, gar drücken oder ignorieren von Themenstellungen und damit einhergehenden Entscheidungen wird es in der alten Form nicht mehr geben.

Aus dem Herzen heraus getroffene Entscheidungen sind die Basis für euer künftiges Voranschreiten, für euer Dasein in der Selbstbestimmung.

Die Welt splittet sich auf. Diejenigen, die im Herzen sind, in Liebe zu sich und anderen, werden sich in ein selbstbestimmtes Dasein hinein erfreuen können, auf Grundlage ihrer Entscheidungen aus der Mitte heraus getroffen.

Alles, was alt ist, den alten Strukturen entspricht, wird nicht mehr gefördert werden. Die Zeit der alten Strukturen ist vorbei, wird sich nach und nach auflösen. Natürlich wird es hier eine

/3



/3

Übergangszeit geben, damit der Weg in die neuen Strukturen gegangen werden kann; aber seid euch gewiss, die alten Strukturen werden keinen Bestand mehr haben.

So werdet ihr in den kommenden Wochen und Monaten genügend Gelegenheiten bekommen, eure Selbstbestimmung immer wieder zu überprüfen und zu schauen, ob ihr wirklich selbst bestimmt lebt oder eher weniger.

Nehmt diese Situationen bitte als Lernfeld. Schaut da ganz klar hin und nicht weg. Fragt euch, in unsicheren Situationen, bin ich in meiner Selbstbestimmung oder nicht. Kommen meine Gefühle und Entscheidungen aus mir selbst heraus, herzbasiert oder sind sie bestimmt durch andere Faktoren?

Nutzt bitte jede Gelegenheit, um euch diesbezüglich zu reflektieren, achtsam, sanft, jedoch auch konsequent.

Geht bitte den Weg der Selbstbestimmung.
Es ist der Weg der Freiheit.

Freiheit, endlich wieder das Wesen zu sein, das du bist.

Natürlich könnt ihr hier auch ergänzend mit der violetten Flamme von St. Germain arbeiten.
Nutzt dazu gerne die Ausführungen von Jeanne Ruland und Murat Karacay:

*„Ich bin frei, frei, ewig frei.
Violettes Feuer lodere, lodere, lodere
in, durch und um jedes Elektron,
verwandle jede disharmonische Schwingung in Licht,
bist es dem göttlichen Plan entspricht.“*

Wir lieben euch, vergesst das bitte nicht.
Und wir stehen stets an eurer Seite. Vergesst auch dies bitte nicht.
Die Welt ist im Wandel.
Mutter Erde wird sich aufbäumen und zur alten Stärke zurückkehren.
Dazu benötigt sie unser aller Hilfe.
Lasst uns gemeinsam diesen Weg beschreiten, der uns alle wieder in die Selbstbestimmung führt.
Auch Mutter Erde.

In ewiger Liebe,
eure Geistige Welt
mit der Juli-Botschaft 2024.