

Tägliches Morgen- und Abendgebet

Hier folgt nun ein Vorschlag für dein Dankbarkeits- und Vergebungsgebet, das uns Don Victor Estrada gelehrt hat. Es ist die Essenz aus vielen verschiedenen Gebeten seiner Vorfahren und seines eigenen Lebens.

Es ist nur ein Beispiel, mit dem du schon einmal mit deiner täglichen Praxis beginnen kannst. Fühle in dich hinein, was du beim Beten weglassen oder was du noch hinzufügen möchtest. Du kannst jederzeit noch etwas dazufügen, was aus deinem Herzen kommt. Ebenso kannst Du ein Element aus deinem Gebet herausnehmen, wenn du das Gefühl hast, dass Du es nicht mehr brauchst. Du kannst auch ein einzelnes Wort, wie z.B. Gott/Vater/Mutter durch eine andere, für Dich passendere Formulierung ersetzen. Ganz, wie du in dem Moment etwas fühlst oder denkst bzw. was dir in jedem Augenblick für dein neues Leben förderlich erscheint. So wird es nach einer Zeit zu Deinem eigenen persönlichen Gebet an den Schöpfergeist, zu Deinem eigenen Dialog mit dem Einen Ganzen.

Das Gebet besteht aus fünf Teilen, dem Aufwachen, dem Danken, dem Vergeben, dem Schutz der Aura und abschließend die Energetisierung unserer drei Körper. Insgesamt benötigt dieses Ritual ca. 15 Minuten. Falls Du gerade nicht die Zeit dazu haben solltest, kannst Du es auch abkürzen und es so Deiner besonderen Situation anpassen. Wichtig ist es, dass es ein fester Bestandteil Deines Lebens wird. Die Wirkung wird unmittelbar dein Leben verändern.

Der Abschluss bildet jeweils "So ist es", das gleichbedeutend wie das Amen in der Kirche ist und eine Bekräftigung darstellt.

Teil 1: Aufwachen

Öffne bitte nicht gleich, wenn du aufwachst, die Augen. Beginne den neuen Tag mit einer sehr tiefen Atmung durch die Nase in Deinen Bauch. Komme ganz in dem hier und jetzt an.

Dann dehne und strecke dich, wie eine Katze nach ihrem Mittagsschlaf, im Liegen, aber mit einem deutlich hörbaren Ton.

Der Ton ist das Wichtigste von allem. Nach Papa Victor ist alles im Mikro- und Makrokosmos Ton. Auch die materiellen Sachen haben einen Ton mit einer bestimmten Schwingungsfrequenz, ganz so wie auch unser eigener Körper. Deswegen, wenn du dich mit diesen Tönen streckst und dehnt, weiß deine Seele ganz genau, welche Töne und Bewegung Du heute Morgen brauchst, um die Lebens-Systeme Deiner drei Körper wieder richtig zu platzieren und zu harmonisieren.

Teil 2: Gebet der Dankbarkeit

Jetzt kannst du, nachdem du dich genug gestreckt und getönt hast, deine Augen öffnen und dich hinsetzen, hinstellen oder auch liegen bleiben. So, wie du dich am wohlsten fühlst. Don Victor empfiehlt, wenn es dir möglich ist, zu stehen.

Schau in die Himmelsrichtung in der die Sonne heute aufgeht und beginne mit deinem Gebet. Stelle die Füße dabei hüftbreit auseinander und mache, wie in der Abbildung, mit deinen Händen das Ewigkeitszeichen, d.h. führe Daumen und Zeigefinger zu einem Kreis zusammen.



Dann drehe deine Hände, wie in der Abbildung: Deine ersten Gedanken und Gefühle gelten der Dankbarkeit und der Vergebung.



Und du beginnst

Geliebter GottVaterMutter, Unendliche Dankbarkeit für das Neue Licht. Danke für diesen neuen Tag und für das Neue Leben.

An diesem heiligen Tag, heute, der der beste Tag aller meiner vergangenen Leben und des jetzigen Lebens ist, weil ich heute mein Leben Deinem heiligen und absoluten Dienst schenke, indem ich dem einzigen göttlichen Plan für meine geliebte Mutter Erde (= "Mama Pacha") diene.

Ich rufe die göttliche Gegenwart von GottVaterMutter, den großen Geist, die große kosmische Mutter und alle Lichtwesen aus allen parallelen Dimensionen und aus allen Hierarchien der universellen Bruderschaft an, um meine absolute und ewige Dankbarkeit auszudrücken für all' die Segnungen, die ich in allen meinen vergangenen und im jetzigen Leben empfangen habe.

Besonders an diesem perfekten Tag, an dem ich die Fülle der Vergebungsenergie, den absoluten Schutz, die Harmonie im absoluten Gleichgewicht meiner Selbstheilungskräfte meiner drei wichtigsten Körpern: dem physischen, dem psychologischen und dem spirituellen, erhalten habe.

Dankbarkeit auch für den Wohlstand, den Du mir durch meinen „Dienst der bedingungslosen Liebe“ schenkst.

Nimm auch meine Dankbarkeit dafür an, dass Du mich als Deinen kosmischen Kanal und Dein Instrument in Perfektion und Präzision innerhalb des einzigen göttlichen Plans für die Mutter Erde annimmst, um besser und tiefer zu dienen, in jedem Gedanken, jedem Gefühl, jeder Emotion, jede Wahrnehmung, jeder Empfindung und jeder Reaktion und Handlung, in jedem Augenblick diesen heiligen Tages, bei jedem Schritt, bei jedem Herzschlag und bei jedem Atemzug.

Und Danke auch, dass ich Dir immerzu dienen darf, immer besser und immer mehr, egal wer mich braucht.

So ist es - So ist es - So ist es

Teil 3: Das Gebet der Vergebung

Und nun lege die linke Hand auf den Bauchnabel und die rechte Hand aufs Herz



Und nun sprich das Gebet der Vergebung:

Danke auch GottVaterMutter, dass Du mir erlaubst, die Übung der Vergebung und des Mitgefühls zu praktizieren.

GottVaterMutter, ich bitte Dich um Vergebung für alle Fehler, Schäden und Unbequemlichkeiten, die ich meinen Mitmenschen, direkt oder indirekt, bewusst oder unbewusst, in den sichtbaren oder unsichtbaren Welten, im Makro- oder im Mikrokosmos verursacht habe.

Ich vergebe mir auch selbst für alle Fehler, Schäden und Unbequemlichkeiten, die ich mir selber, direkt oder indirekt,

bewusst oder unbewusst, in den sichtbaren oder unsichtbaren Welten, im Makro- oder im Mikrokosmos zugefügt habe.

Und ich vergebe selber auch jedem und allen Wesen aus tiefstem Herzen, die mir Schäden oder Schmerzen direkt oder indirekt, bewusst oder unbewusst, in den sichtbaren oder unsichtbaren Welten, im Makro- oder im Mikrokosmos zugefügt haben.

Erlaube mir auch GottVaterMutter, dass ich bei der Übung der Vergebung in die Schwingung der Demut hineingehen darf, damit nicht Stolz und Eitelkeit in mir ein Gefühl bewirken können, dass ich mich für besser zu halten glaube als diejenigen denen ich vergebe.

Und bin ihnen zutiefst dankbar, weil sie in meinem jetzigen Leben die schwierige Rolle übernommen haben, mein eigener Spiegel zu sein. Nur so war es mir möglich, in ihnen das Schlechteste von mir selber sehen zu können. Damit all diese Gefühle und Emotionen, die mir der Spiegel zeigt, in mir sterben können. Deswegen schicke ich ihnen auch viel Licht und Liebe, verbunden mit meinen besten Wünschen, damit diese Menschen in guter Gesundheit und in Wohlstand in ihren drei Körpern leben.

Teil 4: Der Schutz der Aura

Forme wiederum das Ewigkeitszeichen mit deinen Fingern und führe nun beide Hände so zusammen, so dass sich die Spitzen der Daumen und Zeigefinger

berühren. So schaffst du das Zeichen der Unendlichkeit, die liegende Acht. Führe nun die restlichen drei Finger zusammen, die sinnbildlich für deine drei Körper stehen, so dass sie wie drei Pyramiden aussehen, jeweils für den physischen, den mentalen und spirituellen Körper. Anschließend legst du die Hände, wie folgt deinen Scheitel bzw. dein Kronenchakra



Und nun sprich:

Ich bin geschützt durch die Gnade und durch die Kraft von GottVaterMutter.

Ich bin geschützt, durch Jesus, den Christus und durch den heiligen Geist.

Ich bin geschützt durch die Gnade und Kraft der liebevollen Mutter Kosmos, der Mutter Natur, der Mutter Erde, der Mutter Meer und der Mutter Mond.

Ich bin geschützt durch die Gnade und Kraft der dreifaltigen Flamme:

(Stelle dir bitte nachfolgend alle genannten Farben des Lichtes so intensiv wie möglich in und um dich herum vor, so dass es dich ganz ausfüllt und umhüllt. Falls Du damit Schwierigkeiten haben solltest, nimm dir ein entsprechend farbigen Gegenstand als Inspiration.)

KRISTALL-BLAUES LICHT

Ich bin geschützt durch das kristall-blaue Licht, dem absoluten Schutz und der Kraft des Glauben, der göttlichen Willenskraft, der heiligen Kraft des Pumas und des Erzengels Michael. *(Lass Dir Zeit bis Du ganz mit dieser Energie erfüllt bist.)*

GOLD-GELBES LICHT

Ich bin geschützt durch das gold-gelbe Licht, der Erleuchtung, der göttlichen Intelligenz der Imagination, Initiative und Kreativität. In tiefer Verbindung mit dem göttlichen Wissen und heiligen Kenntnissen und seiner heiligen Praxis, der Weisheit, und durch die Kraft der heiligen Schlange, Amaru. (Lass Dir Zeit bis Du ganz mit dieser Energie erfüllt bist.)

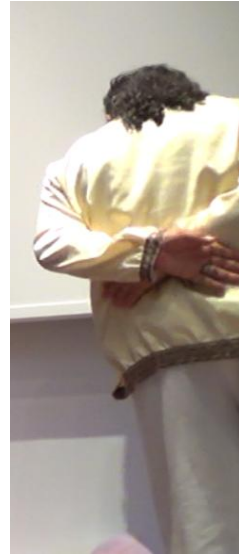
ROSA-ROTES LICHT

Ich bin geschützt durch die Kraft des rosa-roten Lichts - der Kraft der bedingungslosen göttlichen Liebe, die mir Befreiung, Transformation und Transmutation und Wiederaufbereitung von langsamen oder schweren Energien, Schmerzen, Leiden, Ängsten, Zweifel ermöglicht, die zerstörerische oder selbstzerstörerische Energien gewirkt haben. Es befreit mich von jedem Schuldgefühl und von allen internen und externen Beschränkungen und ich bin geschützt durch die heilige Kraft des Kondors. (Lass Dir Zeit bis Du ganz mit dieser Energie erfüllt bist.)

Anschließend nimmst Du die Arme und legst sie wie unten dargestellt überkreuz auf den Rücken. Beginne mit der rechten Hand, die du auf den Rücken über die linke Hüfte legst.

Mache gleich anschließend dasselbe mit der linken Hand, die du auf die andere Seite der Hüfte legst und damit ein Kreuz auf deinem unteren Rücken bildest.

Neige zum Gebet den Kopf zum Zeichen der Demut.



Und nun sprich den Schutz der Aura für Deiner drei Körper:

Meine Aura ist versiegelt, meine Aura ist geschützt: nichts und niemand kann in sie eindringen (für den physischen Körper)

Meine Aura ist versiegelt, meine Aura ist geschützt: nichts und niemand kann in sie eindringen (für den mentalen Körper)

Meine Aura ist versiegelt, meine Aura ist geschützt: nichts und niemand kann in sie eindringen (für den spirituellen Körper)

Anschließend nimmst du die rechte Hand nach vorne und legst sie auf die linke Schulter. Und die linke Hand vorne auf die rechte Schulter - zu einem neuen Kreuz vor deiner Brust. Immer noch im Zeichen der Demut mit gesengtem Haupt, sprichst Du:



Ich danke Dir, höchst liebevoller Vater Schöpfer und Dir, höchst liebevolle Mutter, dass Du alles direkt im hier und jetzt manifestierst, um was ich Dich für heute, welches der beste Tag meines Lebens ist, bitte. Es ist der beste Tag, weil ich heute mein Leben in den Dienst der bedingungslosen Liebe stelle und damit dem göttlichen Plan diene. Danke auch dafür, dass du mir erlaubst, Dein Kanal in Präzision und Perfektion zu sein.



Und nun lege die linke Hand auf den Bauchnabel und die rechte Hand aufs Herz und sage:

DANKE GottVaterMutter,

dass Du mir erlaubst nicht nur zu sehen und sondern auch zu schauen,

dass Du mir erlaubst nicht nur zu hören und sondern auch zu lauschen,

dass Du mir erlaubst nicht nur zu reden und sondern auch zu sprechen,

dass Du mir erlaubst nicht nur zu schmecken und sondern auch zu kosten,

all die heiligen Nahrungsmittel, die meinen physischen Tempel, meinen mentalen und meinen psychologischen Körper und meinen Geist ernähren.

Zeigt Euch heute, durch mein Leben, meine Welt und meine Körper, in der Reinheit, Vollkommenheit und Gerechtigkeit in allem was ich höre, in jedem Bemühen und in meinem ganzen Werk, das ich Eurem göttlichen Dienst schenke, indem ich Eurem göttlichen Plan für meinen geliebten Planeten Licht-Erde diene, durch den Dienst an meine Brüder und Schwestern der Menschheit, mit denen es mir heute erlaubt ist, Kontakt aufzunehmen und zu teilen.

5. Teil: Energetisierung

Nun faltet die Hände vor der Brust zusammen und reibt sie kräftig aneinander. Zunächst mit den Händen in Richtung Vater Sonne und anschließend in Richtung Mutter Erde.

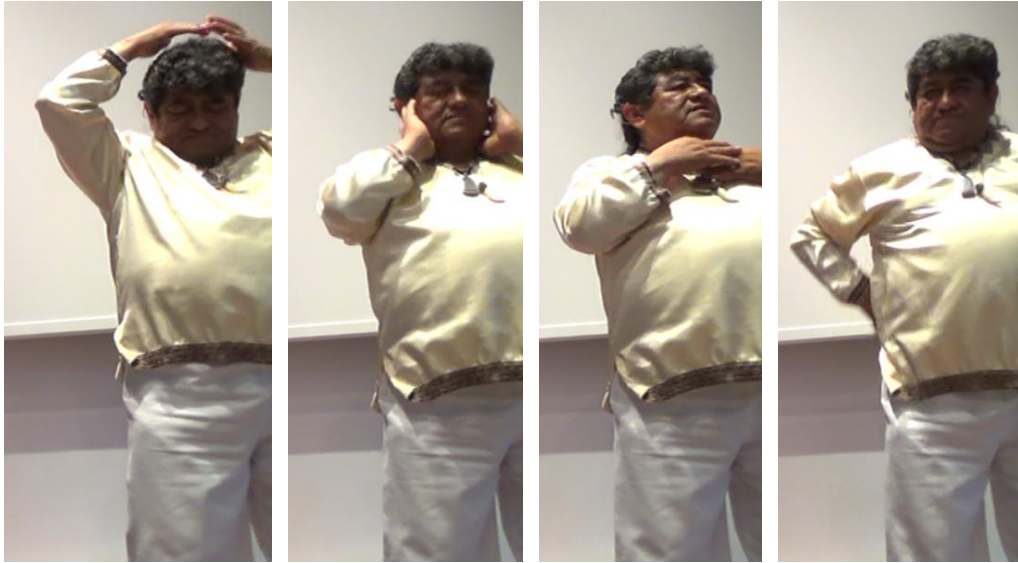


Von hier aus formt ihr mit Euren Händen eine Schale in der ihr die kosmische Energie gesammelt über Euer Kronen-Chakra oder Scheitel hebt. Während ihr die Energie sammelt, atmet ihr durch die Nase tief in den Bauch und haltet die Luft an bis die Hände über dem Kopf angekommen sind.



Und jetzt atme aus, während du deine Aura ausstreichst und die Energie vom Macro- und Mikrokosmos zu dir führst. So baden wir in der

kosmischen Energie und lassen zu, dass sie jedes einzelne Chakrazentrum und Organ ausfüllt und harmonisiert.



Und nun zum Abschluss sprich:

DANKE

Dass Du mir erlaubst anzufassen, zu berühren und zu streicheln, um die heilige Energie des Makro- und des Mikrokosmos zu mir zu nehmen, um meinen Prozess der Selbsterkenntnisse, Selbstheilung und der Selbstverwirklichung fortzusetzen.

So ist es - So ist es - So ist es

