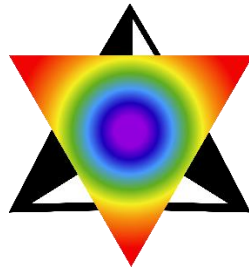


# Ray of Divinity



## Raum schaffen in deinem Kopf

Eine Reise in dein Gehirn.

Setze dich bequem hin und versuche deine Muskeln in deinem Körper zu entspannen. Schließe deine Augen und werde ruhig und ruhiger mit jedem Atemzug.

Du befindest dich in deinem Ruhepol und von dort aus kannst du in eine andere Dimension gleiten.

Durch die Tür, deines jetzt stillen und ruhigen Körpers, kannst du deine Reise in dein Inneres beginnen.

Stell dir vor deine Augen schauen nach Innen.

Du bist nicht darauf aus, dein körperliches Innere zu betrachten, wie Blutgefäße, Adern, Knochen, Muskeln oder Gehirnwindungen und Ähnliches, sondern viel mehr die Form deiner Gedanken.

Du betrachtest jetzt also die Ebene deine Gedanken.

Du erkennst Unterschiede wie schnelle, langsame, heftige oder sanfte Gedankenenergien.

Dort gibt es viele zusammenhängende Gedankenspiralen, mit Farben von Wut, Angst, Traurigkeit, Eifersucht, Jähzorn und anderes. Auch Farben von guten Gedankenspiralen sind vorhanden...bunte Regenbogen-farben.

Du betrachtest diese vielen Farbenspiele eine Weile.

Deine Gedanken scheinen rasend schnell und aufeinander gepfercht zu sein. Alles ist sehr voll hier in deinem Gehirn und ein großes Durcheinander scheint sich auszubreiten.

Es wird dir mulmig und du spürst eine Enge und ein Unwohlsein.

Es wird Zeit, Platz zu schaffen...

Besonnen und mit einer Leichtigkeit bildest du Seifenblasen. Jeweils eine Seifenblase für einen Gedanken.

Du hüllst deine Gedanken in Seifenblasen.

Diese Seifenblasen halten stand und sind fest und stabil, um einen Gedanken zu halten. Deine Gedanken sind sicher eingepackt.

Du formst weiter und weiter Seifenblasen, bis alle Gedanken wunderbar eingehüllt sind von einer stabilen, schwebenden Hülle.

Eine Ruhe stellt sich ein, nichts ist mehr laut und hastig. Ein Schweben und ein seichtes Aneinanderreiben finden statt, sonst ist alles ruhig.

Ein großer Raum entsteht, indem alle Seifenblasen mit je einem Gedanken viel Platz haben und jeder für sich erhält soviel Platz wie er braucht.

Du erkennst nur noch die glänzenden, leuchtenden Farben der Seifenblasen, alle Seifenblasen und somit Gedanken scheinen gleichfarbig.

Du betrachtest eine Seifenblase ganz genau und stellst fest, dass der Gedanke in Mitten der Blase still geworden ist, da keine Reibung von anderen Gedanken stattfinden kann.

Alle Gedanken sind in ihrem eigenen Raum zu Ruhe gekommen und entspannen sich.

Losgelöst und recht zufrieden scheinen deine Gedanken zu sein.

Alles ist gut im Hier und Jetzt.

Alles hat seine Ordnung, seinen individuellen Raum und die eben noch so klebrige, aggressive Masse, ist friedlich und frei.

Du hast es geschafft, deine Gedanken zu erlösen, ihnen Raum zum Atmen zu schaffen und sie zu beruhigen.

Friedlich schwebend und mit einem wohligen Gefühl, öffnest du nun entspannt deine Augen.

Du atmest langsam, tief ein...und wieder aus...ein...und aus. Nochmal ein...und wieder aus.