

Engel der Stille

Monatliches-Meditation-Channeling

Februar 2023



Nimm eine Haltung ein,
die für dich jetzt in
diesem Moment
entspannend ist, sei es
im Sitzen, sei es
im Liegen.
Atme ein und atme aus.

Gib dir einen Moment Zeit,
um alles was an Anspannung
noch in dir ist, von dir abfließen
zu lassen. Deine Augen sind
geschlossen, deine Schultern sinken nach
unten, deine Gesichtszüge fangen immer mehr an, sich ebenfalls zu
entspannen. Ein- und Ausatmen, lass dich vom Atem tragen, lass dich
von deinem eigenen Atem umarmen. Alles ist gut, alles ist ruhig.
Und so kannst du nun lauschen den Worten,
die zu dir dringen von mir, dem Engel der Stille.

Stille, wann ist schon einmal vollkommene Stille in dieser eurer Welt.
Nun, wenn ich der Engel der Stille die Worte an dich richte, wirst du dich
vielleicht wundern, denn gerade ich sollte doch keine Töne von mir
geben, das tue ich auch nicht. Ich benutze dieses Menschenkind und ich
muss benutzen diese Worte auch, um dich zu erreichen, denn Worte
sind Energie. Worte erreichen dich auf vielerlei Ebenen in dir,
sei es im Verstand, im Geiste, sei es aber auch tief in deiner Seele.
Und auch dein Körperbewusstsein nimmt diese Worte in sich auf.

Reine Energien, die jetzt zu dir fließen und du entscheidest, ob du sie
annimmst oder nicht. Und das mag dir sonderbar erscheinen, denn es
gibt Tage, da wird es dir leicht fallen dich zu öffnen und es gibt Tage, da
fällt es dir schwer oder mag dir gar nicht gelingen. Dem allen solltest du
gar nicht so viel Bedeutung beimessen. Du bist wie viele Menschen auf
dieser Welt im Moment im Begriff, durch einen gewaltigen
transformatorischen Prozess zu gehen. Nicht alle Menschen nehmen
dies so wahr, nicht alle Menschen wird es in diesem Maße so wie dich
auch betreffen. Doch ich spreche zu all denen, die bereit
sind diese Worte in sich aufzunehmen.

Ich sende meine Energien im Auftrag des höchsten Lichtes, aus dem ich entsprungen und mich kümmert es nicht, ob du sie annimmst oder nicht.

Ich erfülle meinen Auftrag, so wie auch du deinen Auftrag erfüllst.

Denn aus der Ebne aus der ich sende gibt es kein Beurteilen
und schon gar nicht ein Verurteilen.

Alles ist gut, alles läuft nach Plan.

Diese Worte hast du schon oft vernommen und es gibt dem auch nichts hinzuzufügen. Im Moment beschleunigt sich alles in einem viel größeren Maße, als ihr Menschen überhaupt wahrnehmen könnt. Es geschieht so viel um euch herum, es würde euch schier überfordern, wenn ihr wirklich alles wahrnehmen könnt. Darum seid ihr im Schutze, darum seid ihr oft abgeschirmt. Wichtig ist nur, dass du weißt, dass du eingebunden bist in ein großes Ganzes, in einen viel größeren übergeordneten Plan, als der, der dein Leben betrifft. Und doch bist du aufgefordert, dein Leben zu leben, bist aufgefordert zu schauen, was du tun kannst.

Und wisse, das gilt für jeden Menschen. Und wenn viele Menschen das Gleiche denken und tun, dann wird sich noch mehr ausdehnen, dann wird noch mehr, noch höher, noch weiter werden die Energien sich verbreiten. Es potenziert sich immer weiter.

Immer höher, immer dichter wird das Netz der Menschheit gewebt.

Und das, was gerade jetzt in eurer Zeit, wo es doch so viel zu tun gibt, wo ein Tag nicht ausreicht, um all die Anforderungen, die immer wieder an dich, an euch, an alle herantreten, zu erfüllen. Gerade dann, wenn du glaubst alles bricht über dir zusammen, wenn du glaubst, dass du niemals wirst heraus können aus all dem Gespinnst, was um dich herum sich angesammelt hast, was du vielleicht aber auch zu dir gerufen hast, um den Druck immer weiter zu erhöhen, damit du endlich aufwachst, damit du endlich sagst:

„Jetzt ist Schluss, jetzt bin ich bereit etwas zu verändern,
jetzt bin ich bereit zu dem, was ich schon lange tun wollte
und vor dem ich schon lange davongelaufen bin.“

Manchmal braucht es Druck nicht wahr, manchmal braucht es Schmerz, um aufzuwachen. Und das betrifft dich in deinem eigenen persönlichen Leben genauso wie im kollektiven großen Ganzen.

Es betrifft alle und es betrifft doch dich ganz individuell
in deinem eigenen Leben. Und wonach sehnst du dich oft?

Nach Stille, nach Ruhe, nach dem Gefühl, ich muss für niemanden da sein, ich muss keine Aufgaben erfüllen, keine Anforderungen, ich muss einmal nichts entscheiden, ja ich muss überhaupt nichts wissen.

Ich darf sein, denn mein Sein reicht vollkommen aus.
Auch wenn ich nichts tue, reicht es aus, weil ich bin.

Ich bin vollkommen
so wie ich bin, ich muss nichts tun und tue doch alles.'

Und gerade dann, wenn du überhaupt keine Zeit dafür hast wie du glaubst, gerade dann ist es am Wichtigsten, am Notwendigsten. Denn um all die Aufgaben zu erfüllen brauchst du Energien, nicht wahr, Energien, die in dir sind. Und aus deiner inneren Quelle fließen sie unerschöpflich, niemals versiegend, wenn du diese Quelle auch achtest und hütetest. Wenn du dir Zeit nimmst, in die Stille gehst, in die Ruhe. Wenn du das tust von dem du glaubst, dass es doch überhaupt jetzt gerade nichts bringt, dass deine Aufgaben immer mehr und mehr werden und dass dir manchmal ganz wirr wird in deinem Kopf, dass du gar nicht mehr weißt, um was es wirklich geht. Das Außen zieht und zerrt an dir immer mehr und je mehr du gibst, wird mehr verlangt, nicht wahr?

Es hört nie auf, nie hörst du, bis du innehältst.
Und ich, er Engel der Stille habe die Aufgabe,
dich heute daran zu erinnern inne zu halten,
in die Stille zu gehen.

Wo findest du überhaupt Stille?
Welchen Ort glaubst du aufsuchen zu müssen,
um wirkliche Stille zu haben?

Ja, du könntest sogar einen Raum finden in eurer Welt, der vollkommen abgeschottet ist vom außen, in den kein Geräusch hereindringen kann. Doch glaube mir, vielen Menschen würde dies sogar Angst bereiten, so sehr habt ihr euch an die Geräusche um euch herum gewöhnt, an die Lautstärken. Ja, und dann sind da noch deine Gedanken, nicht wahr? Denn wenn alles um dich herum vollkommen ruhig und still ist, wenn du deinen eigenen Atem wieder hörst, wenn du die Geräusche in deinem Körper vernimmst, kann es auch sein, dass die Gedanken wieder lauter werden. Es hört nie auf nicht wahr, bis du Einhalt gebietest, bis du Stopp sagst: „Jetzt halte ich einmal das Karussell meines Lebens an, jetzt verlangsame ich die Zeit, jetzt halte ich inne.“

Du kannst immer und überall zu jeder Zeit diesen Raum erschaffen, ja das kannst du. Selbst in der allerhektischsten Zeit, selbst wenn viele Menschen um dich herum hin und her laufen, selbst in einer belebten Straße, du kannst es überall tun. Und das kannst du einüben. Und ich, der Engel der Stille möchte dir heute Einiges an die Hand geben, was dir dabei hilft, diesen Raum zu erschaffen, denn dieser Raum ruht in dir. Glaube mir, alles, alles kannst du einüben indem du es immer und immer wiederholst, immer wieder tust und nicht dabei wieder gleich in das Beurteilen gehst:

„Heute gelingt es mit gut und heute überhaupt nicht.“

Das tut nichts zu Sache. Wisse, es ist einfach wichtig, dass du es tust, immer wieder, sei es für ein paar Minuten, sei es auch für länger.

Jetzt kannst du beginnen. Du kannst es mit mir gemeinsam tun, dir eine kleine Anleitung anhören und dann kannst du es auch alleine tun, ohne meine Worte, ohne dass jemand zu dir spricht.

Oder du kannst dir eine beruhigende Musik dabei anhören.

Stille, Stille beginnt in dir, fängt in dir an.

Schaffe diesen Raum, egal wo auch immer du bist, kannst du dies tun.

Das Einzige worum ich dich bitte, dass du es in einem solchen Raum tust, wo du nicht damit rechnen musst, dass dich gleich jemand benötigt, dass dich gleich jemand anspricht, dass jederzeit jemand kommen könnte, weil er etwas von dir möchte. Da wäre es schon sinnvoll, zu mindestens am Beginn, wenn du dies einübst, die ersten Male, dass du weißt, du bist für eine kurze Zeit ungestört. Du kannst die Tür schließen, du kannst den Menschen, mit denen du liebste sagen, dass du jetzt einmal keine Zeit hast für sie, dass du nicht ansprechbar bist.

Und du kannst es auch in den Pausen auf deiner Arbeit tun.

Schließe immer dabei die Augen, denn wenn du die Augen schließt, geht dein Blick nach innen. Und schenke dir immer ein paar bewusste, tiefe

Atemzüge, ein- und
dir immer bewusst,
alles in dir lockert

Und dann stell
du dich nun in
einhüllst. Du

dabei die
benutzen,
deine Arme,
seitlich am
liegen, mit den
geöffnet nach

beide Arme langsam
bewegen und stellst dir vor,

Handaußenseiten ein seidenen Faden hängt. Und während die Arme sich langsam nach oben bewegen und sich dann über deinem Kopfe mit beiden Handflächen berühren, spinnt dieser Seidenfaden einen Kokon um dich, eine Hülle. Du kannst die Arme nun ruhig wieder in eine bequemere Haltung nehmen, denn der Seidenfaden, der Kokon bleibt bestehen.

ausatmen. Und mache
dass sich dabei
und entspannt.
dir vor, dass
einen Kokon

kannst

Arme

indem

die jetzt

Körper

Handflächen

außen lässt du

sich nach oben

dass an deinen



Stell dir vor, dass er sich ausdehnt, dass er deinen ganzen Körper einhüllt, auch deinen Unterleib, auch deine Füße. Alles ist nun in einer schützenden Hülle eingewebt.

Es ist dein Raum, der dir gehört, dein Raum der Stille. Und gleichzeitig spürst du, wie die Energien sich immer mehr nach innen ziehen und du dich auch in deinem inneren Raum befindest, in deiner inneren Schatzkammer. In deinem inneren Raum, der sich jedes Mal so zeigt, so gestaltet, wie es jetzt für dich am besten ist. Vielleicht siehst du ihn, vielleicht nimmst du ihn wahr, vielleicht auch nicht. Alles ist gut, so wie es ist, das kannst du dir wie ein Mantra immer wieder vorsagen.

Und Gedanken, die kommen, wenn du sie nicht beachtest, wenn du ihnen keine Bedeutung beimisst, werden sie sich wieder verflüchtigen. Alles ist gut, so wie es ist. Du bist in deinem Raum der Stille. Und auch Geräusche, die du wahrnimmst von außen, die zu dir dringen, sie werden immer gedämpfter. Und auch ihnen misst du keine Bedeutung bei. Sie sind unwichtig, sie sind einfach nur da.
Alles ist gut, so wie es ist.

Und so werde ich auch nun für ein paar Minuten schweigen.
Du kannst, wenn du dies für dich alleine vollziehst, es durchaus ausdehnen. Aber glaube mir, schon ein paar Minuten nach eurer Zeitbemessung, eine wahrlich kurze Zeit, können schon ausreichen, dass du wieder ankommst, nicht wahr?

Darum geht es doch, ankommst bei dir, dich selbst wieder spürst und wahrnimmst, dass die Hektik und das Übel eurer Zeit, der Stress sich wieder legt, dass sich alles beruhigt. Ich werde nun schweigen.

Spürst du die wie wohltuende Wirkung?
Spürst du, wie wohltuend es ist,
nur ein paar Minuten in dem Kokon deiner Stille zu verweilen?
Spürst du auch, wie dankbar dein Energiesystem, dies aufnimmst?
Wie dein Körper sich wieder regeneriert?
Wie deine Gedanken sich beruhigt haben?
Und wie auf einmal wie von Zauberhand all das, was dich noch zuvor beschäftigt hat, unwichtig wird, ja vollkommen seine Bedeutung verliert?

Wenn du dir diese Zeit schenkst, wenn du dir selbst sagst:
„Alles kann warten. Alles hat Zeit. Ich entschlief mich jetzt herauszutreten aus dem immer schneller und schneller drehenden Lebenskarussell, denn die Anforderungen, die Aufgaben werden nie aufhören. Aber ich entscheide, ich entscheide ob ich sie annehme oder nicht.“

Ob ich alles zur gleichen Zeit, am besten gleichzeitig erledige, um dann am Ende des Tages vollkommen ermattet zu sein, ja nicht einmal den ruhenden Schlaf finden kann.

Ich entscheide und sei es auch nur für ein, zwei oder ein paar mehr Minuten in die Stille zu gehen.“

Es ist ratsam, wenn du dies nun öfters vollziehen möchtest, dir wirklich einen einigermaßen ruhigen Ort zu suchen. Und erst dann, wenn du geübter bist, wenn du darin sicherer wirst, kannst du es auch tun wie ich schon sagte, in einem belebteren Raum.

Denn manchmal ist es nicht leicht nicht wahr, die geeigneten Bedingungen zu finden. Und dann, da sich kein Raum öffnet und dir zeigt, wirst du wieder in einen sogenannten hektischen Modus kommen oder es sogar immer vor dir herschieben und sagen:

„Morgen wird es besser, morgen werde ich den Raum haben.“

Und es wird daraus ein Morgen und wieder Morgen und wieder Morgen.

Tue es gleich. Tue es in dem Moment, wo du daran denkst. Tu es in dem Moment, wonach du dich sehnst. Indem es dir in den Sinn kommt und du selbst spürst, du wirst immer schneller und schneller, immer nervöser, dein Körper immer unruhiger.

In dem Moment, wo du daran denkst, solltest du es tun, in die Stille gehen, den inneren Raum der Stille nach außen verlagern.

Es geht immer um die Bewusstheit, mit der du etwas tust.

Ruhe und Stille ist so wichtig, gerade dann, gerade jetzt in dieser Zeit, wo sich doch alles beschleunigt, nicht wahr?

Es soll sich auch beschleunigen. Alles verläuft nach Plan, alles wurde schon lange vorbereitet. Aber das bedeutet nicht, dass du dich in dieser schnellen Energie verlierst. Gerade dann brauchen wir dich, brauchen wir Menschen wie dich, die gute Wurzeln haben, die standhaft bleiben, die an sich glauben, die sich nicht mitreißen lassen, die wissen wer sie sind, woher sie kommen und was ihre Aufgabe ist.

Deine Aufgabe ist es zu allererst, für dich gut zu sorgen. In der Stille und in der Ruhe lädtst du dich auf, wie von Zauberhand, nicht wahr?

Du musst nichts tun, nur in die Ruhe und in die Stille gehen, ist das nicht wunderbar?

Ich verlange nichts von dir, du musst nichts erfüllen, nur für ein paar Minuten dir diese Zeit selbst zu schenken.

In der Stille und in der Ruhe findest du wieder dich, deine Kraft, dein Licht, deine Liebe und auch das, was wirklich zählt, was wirklich wichtig ist für dich, jetzt. Denn wenn du wie du weißt ein Problem hast und alle Gedanken sich ständig um dieses Problem kreisen, siehst du doch so oft die Lösungen nicht, die das Problem schon mitgebracht hat.

Denn jedes Problem, jede noch so unerlösbare Aufgabe trägt die Lösung schon in sich. Die Herausforderungen des Lebens mögen groß und gewaltig sein, aber du hast die Kraft, du hast alles was du brauchst in dir und auch um dich, um diese Aufgabe zu lösen.

Du bist ein Kind des Lichtes, ein über alles geliebtes Kind der Liebe, vergiss das niemals. Bei allem was du tust, du bist geliebt. Und du bist immer, du bist reines Licht und du bist ein Mensch.

Ich, der Engel der Stille liebe dich. Und ich lasse die Stille in dir zurück. Auch wenn ich mich nun zurückziehe kannst du mich immer rufen, kannst dich ganz bewusst mit mir verbinden.

Und nun geh mit deinen Händen, mit deinen Handaußenflächen, die am Körper sich noch befinden, wo du sie zurückgelegt hast, wieder langsam nach oben und die Handflächen berühren sich wieder über deinem Kopf. Und nun drehe deine Handinnenflächen Hände so, dass die Handinnenflächen und nimm den nach außen zeigen und nimm den seidenen Faden auf beiden Seiten wieder zurück. Mit den Handflächen nach außen deine Körper bewegen sich nach unten langsam wieder wieder den Raum, bist bereit für dein Leben, den Tag, für dir liegt, bist tun, was nötig Leben erfüllt und leben. Bist bereit mitzuhelfen, an Werk Menschheit, dein Licht mit durch dein Sein, durch



dein Tun.

Ich, der Engel der Stille danke dir, dass du mir deine kostbare Zeit geschenkt hast.