



# **Meditation zur Wiedergeburt der Liebe**

- 1. Schritt: Verbinde dich mit dem Herzen der Mutter Erde**
- 2. Schritt: Das rosafarbene Licht**
- 3. Schritt: Die Liebeskraft im Bewusstseinsfeld des Menschen**

---

## 1. Schritt: **Verbinde dich mit dem Herzen der Mutter Erde**

### **Einstimmung**

Setze dich in Ruhe hin.  
Komme mit ein paar bewussten Atemzügen in dir an.  
Berühre mit deinen Fußsohlen den Boden.  
Und spüre, wie die Mutter Erde dich trägt.

### **Verbinde dich mit dem Zentrum, mit der Mitte der Mutter Erde.**

In der Mitte der Erde befindet sich ihr liebendes Herz.  
Spüre das Pulsieren ihres Herzens.  
Spüre ihre Liebe.

### **Die purpurrote, magentarote Energie**

Aus dem Herzen der Erde steigt wellenförmig eine liebende, heilende, klärende Energie empor. Die Energie aus dem Herzen der Mutter Erde ist purpur- magentarote Wärme. Dort, wo deine Fußsohlen den Boden berühren, nimmst du diese Energie in dich auf. Die Wärme steigt in dir empor. Jede Zelle deines Körpers nimmt die Wärme und Liebe aus dem Herzen der Mutter Erde dankbar auf.

## 2. Schritt: **Das rosafarbene Licht**

Sage folgende Sätze:

**Ich verbinde mich mit meinem eigenen Herzen.  
Ich verbinde mich mit meiner eigenen Seele.**

**Ich bin eins mit meinem eigenen Herzen.  
Ich bin eins mit meiner eigenen Seele.**



Öffne deine Hände und lass die Energie zwischen deinen Händen fließen.

Sage:

Ich verbinde mich mit den lichtvollen Kräften der Venus.  
Ich verbinde mich mit der Liebeskraft.

Visualisiere:

Zwischen deinen beiden entsteht das rosafarbene Licht.  
Zwischen deinen Händen entsteht die Liebeskraft.



Lege deine Hände auf die Herzchakra.  
Lass das rosafarbene Licht durch dein Herz kreisen.  
Lass das rosafarbene Licht durch deine Seele wandern.

Das rosafarbene Licht berührt dein Herz.  
Das rosafarbene Licht bringt dein Herz zum Erblühen.

In dir  
in deinem Herzen  
in deiner Seele  
erblüht eine Rose.

Möge die Liebe in dir  
neu und frei erwachen.  
Möge die Liebe von dir  
neu und frei ausstrahlen.

So sei es.  
So ist es!

### **3. Schritt:** **Die Liebeskraft im Bewusstseinsfeld des Menschen**

Lass zwischen deinen Händen die Energie wieder fließen.

Sag die folgenden Sätze:

**Ich verbinde mich mit dem Herzen der Menschheit.**  
**Ich verbinde mich mit der Seele der Menschheit.**

**Ich bin eins mit dem Herzen der Menschheit.**  
**Ich bin eins mit der Seele der Menschheit.**

Zwischen deinen beiden Händen entsteht abermals  
das rosafarbene Licht,  
die Liebeskraft.

Lass dieses Licht stark werden, lass es wachsen.  
Lass es zu einer Kugel werden, die hell und kraftvoll leuchtet.

---

Und übergib dann  
dieses rosafarbene Licht  
die Liebeskraft  
an das Herz der Menschheit  
an die Seele der Menschheit.

Damit die Liebe neu erwacht.  
Damit die Liebe neu geboren wird.

Visualisiere:

Das rosafarbene Licht durchwandert die Seele der Menschheit.  
Das rosafarbene Licht berührt das Herz des Menschen.  
Das rosafarbene Licht lässt die Liebe erwachen.

Im Herzen des Menschen erblüht eine Rose.  
Die Liebe ist erwacht.  
Die Liebe ist wiedergeboren.

So sei es.  
So ist es!