

LIEBE

Botschaft der Geistigen Welt, empfangen von Verena Sautner am 3. November 2008



Herz aus Laub, Sedona, Arizona

Geliebte Seelen, wir grüßen euch!

Wir möchten heute mit euch über ein Thema sprechen, das eure tiefste Essenz berührt, ja, das eure tiefste Essenz IST.

Wir möchten heute mit euch über LIEBE sprechen.

UND – wir möchten mit euch nicht nur über Liebe *sprechen*, wir möchten euch die Energie von Liebe übermitteln. Wir möchten euch in Liebe baden, euch ganz in diese Energie eurer Essenz einhüllen – so ihr es erlaubt.

Liebe zu erfahren, ist eine Frage des Erlaubens, des Geschehen-Lassens, des Sich-Öffnens und des Einlassens.

Liebe strömt und dehnt sich von Natur aus aus. Liebe fließt – wie Licht – in jeden Winkel. Wo Türen geöffnet sind, strömt Liebe ein. Auch wo Türen geschlossen sind, strömt Liebe, umfängt die Liebe, ist Liebe da, still und geduldig, bereit sich zu verschenken und zu verströmen in jede Richtung, die ihr nachgibt, die ihr Einlass gebietet.

Möchtest du der Liebe Einlass gewähren? Möchtest du mehr Liebe in deinem Leben erfahren? Möchtest du die Liebe als tragende Energie in deinem All-Tag spüren?

Ja, natürlich, wirst du sagen, wer möchte das nicht? Jeder Mensch sehnt sich doch nach Liebe!

Und genauso wie du dich nach Liebe sehnst, fürchtest du sie. Genauso tust du alles, um die Liebe zu verscheuchen, wegzudrängen, aus deinem Leben zu verbannen.

Liebe ist so einfach, so simpel, so bescheiden, so einfalls-los. Sie IST einfach. Liebe denkt nicht darüber nach, wie sie sich einschmeicheln, einschleichen könnte, wie sie dich überzeugen könnte von ihrer Qualität, von ihren Vorzügen.

Liebe ist DA. Beständig und stets. Stets vor deiner Türe. Stets bereit. Nie beleidigt, nie schmollend, nie in irgendeiner Weise in menschliche „Spielchen“ involviert.

Liebe IST. Sie wartet nicht, sie macht keine „Pause“. Liebe ist und Liebe FLIESST. Ohne Unterlass.

Möchtest du dich ihr JETZT nähern? Möchtest du dich ihr JETZT öffnen? Möchtest du deine Tür einen Spalt öffnen und ihr Einlass gewähren?
Dann nimm einen tiefen Atemzug und lehne dich zurück. Entspanne dich! Entspanne dich noch ein wenig tiefer.

ICH BIN der Engel der Liebe und ich komme auf sanften Schwingen zu dir. Ich bin HANAEL und ich berühre dich sanft. Ich berühre dich nun sanft an deiner Wirbelsäule, zwischen deinen Schulterblättern. Wenn du diese zarte Berührung erlaubst, gestattest du mir, diesen Bereich in deinem Rücken sanft darauf vorzubereiten, Liebe aufzunehmen.

Viele von euch haben diesen Teil ihres Rückens sehr verhärtet. Im Laufe vieler Verletzungen wurde diese Stelle härter, immer weniger zugänglich und immer weniger empfänglich für die Liebe, die aus dem Universum, aus der göttlichen Quelle in dich einströmen möchte.

Liebe heilt alle Wunden, das weißt du, jedoch hast du verlernt zu vertrauen. Du hast beschlossen, für dich selbst zu sorgen, und damit hast du begonnen dich zu verschließen. Besser verschlossen und sicher als offen und verletzlich, hast du dir gesagt.

Diese Sicherheit war lange Zeit ein ganz wichtiger Schutz für dich. Du hast dich auf kleine Dosen Liebe eingelassen, überschaubare, einschätzbare Dosen. Nur ja nicht zuviel. Es hat nicht genügt, deinen Schmerz zu heilen, deine Wunden auszuheilen. Es hat nur genügt, dir einen kleinen Geschmack zu geben von dem, was Liebe sein könnte, wie dein Leben sich verändern könnte, wenn du beschließt dich wieder aufzumachen, dich wieder zu öffnen.

Doch vorerst warst du noch nicht soweit. Vorerst fühltest du dich noch wohler in deinem Bunker, in dem du dich eingenistet hattest und aus dem du in überschaubarem und kontrollierbarem Maße nach außen gehen konntest. Und in dem du deine „bombensichere“ Türe wieder schließen konntest, um dich in dich zurückzuziehen.

Das hat lange so funktioniert. Bis der Punkt kam, wo es dich nicht mehr befriedigte. Wo du spürtest, dass in dir eine Sehnsucht zu brennen begann. Eine Sehnsucht nach einem „reicheren“, tieferen Leben, nach einer tieferen Erfahrung von Leben. Eine Sehnsucht nach einer intensiveren Erfahrung von Liebe. Das Pulsieren der Liebe intensiver in dir zu spüren, das Leben in jeder Zelle zu spüren, die Wärme und die brennende Sehnsucht, das Herzensfeuer, die Begeisterung.

Spüren, Fühlen, nicht mehr bloß Vegetieren und Über-leben, nicht mehr bloß auf Sparflamme leben. Tief leben, tief lieben, die Liebe spüren, die Liebe aufnehmen und die Liebe weiterfließen lassen, dich in ihr verströmen und verschenken.
Das Geschenk deines Herzens schenken, dich verschenken....

Danach wuchs die Sehnsucht.

Kennst du dies? Spürst du Re-sonanz, wenn du diese Worte hörst oder liest? Dann möchte ich, Hanael, dich einladen, dich be-rühren zu lassen und dich einzulassen. Auf das Wunderbare, auf das Un-berechenbare, Un-kontrollierbare – auf die Liebe, die auf sanften Schwing(ung)en in dein Leben einströmen möchte. JETZT.

Jetzt in diesem Augenblick lade ich, Hanael, dich ein, dich aufzumachen und zu öffnen. Als würde ein Schmetterling deine Finger küssen, so berühre ich dich sanft und lade dich ein zu fühlen. Ich lade dich ein auch deinem Widerstand mit Liebe zu begegnen.

Liebe sagt JA, zu allem. Liebe schließt ein, nicht aus. Liebe trägt alles und hält alles. So fühle und spüre, wo sich in deinem Rücken Widerstand verfestigt hat. Wo Verhärtungen über lange Zeit den Fluss des Lebens und der Liebe blockierten. Spüre und erlaube nun, diesen Verhärtungen mit Liebe zu begegnen, mit liebevoller Hinwendung und Zuwendung.

Erlaube, dass diese verhärteten Stellen zu atmen beginnen mögen. Dass ganz sachte und behutsam ein wenig Liebe und Wärme in sie einfließen darf.

Es mag sein, dass dies Schmerzen hervorruft. So wie Wärme in gefrorenen Stellen Schmerz auslöst, wenn Starres/Stillgelegtes/auf Eis Gelegtes zu neuem Leben erwacht. So kann diese ungewohnte Zuwendung und Liebesenergie zunächst Schmerz auslösen. Jedoch wisse, dass auch dies nur eine vorübergehende Form von Widerstand ist, der sich rasch auflösen wird und einem neuen ungewohnten Gefühl von Wohligkeit Platz machen kann.

Erlaube jegliche Gefühle, die mit diesem Spüren einhergehen mögen – sei es Traurigkeit, sei es Scham, Schuld, sei es Ärger oder Wut. Erlaube auch die feinen Regungen der Freude, die mit aufblitzen mögen, Überraschtheit, Verwunderung, Neugierde... Erlaube alle Regungen, alle Emotionen, alle Gefühle.

Sei einfach mit deiner liebenden Präsenz gegenwärtig.

Ja, immer noch sind wir bei deinem Rücken, sind wir in dem Bereich deiner Schulterblätter und zwischen deinen Schulterblättern präsent. Immer noch lassen wir sanfte Liebesschwingungen zu deinen Wirbeln, zu deinem Rückenmark, zu den Muskeln rund um diesen Bereich fließen. Immer noch laden wir dich ein, da zu sein, anwesend zu sein und zu fühlen.

Immer noch laden wir dich ein zu atmen und alles zu erlauben, was du wahrnimmst, was du spürst und fühlst.

Und im Moment geht es um gar nichts anderes. Im Moment geht es nur darum, dies alles wahrzunehmen – und der Liebe zu erlauben, ANWESEND, PRÄSENT zu sein. Mehr nicht.

Es genügt.

Liebe überfordert nicht, Liebe ist kein „reißender Sturzbach“, wengleich auch dessen Essenz Liebe ist. In jedem Partikel fließt Liebe.

Und doch sprechen wir nun von dieser Form der Liebe, die ihrem Wesen nach geduldig ist – wissend, dass alles ist, wie es ist. Dass nichts anders zu sein braucht. Dass Liebe eine EINLADUNG ist, eine WAHLMÖGLICHKEIT.

In diesem Sinne ist Liebe DA, wie wir anfangs schon sagten.

Sie ist mit dir, immer, stets präsent. Immer da und immer verfügbar. So du sie erlaubst, so du sie einlässt.

Es ist deine Wahl.

Es ist immer deine Wahl.

2. Teil:

Wir begrüßen dich wiederum und laden dich nun ein, dich deinem vorderen Herzbereich zuzuwenden, dem spirituellen Herzen, dem Zentrum deines Herzens im Bereich des Brustbeins.

Wir laden dich ein sanft zu atmen, sanft zu atmen und womöglich deine Hände auf diesen Bereich zu legen. Ja, auch hier magst du auf Schmerzen treffen, auf emotionale Verwundungen. Wende dich dir zu, mit aller Hingabe, derer du fähig bist. Erlaube den Tränen zu fließen, erlaube dem Schmerz sich zu zeigen. Alter Schmerz will jetzt an die Oberfläche dringen, will erlöst und befreit werden.

Durch deine Zuwendung, durch dein Ja ermöglichst du den tieferen Schichten sich zu heben, sich zu zeigen. Es geht ein Aufatmen durch diese Ebenen, die so lange ein verdrängtes Dasein fristeten.

Jetzt ist der Augenblick der Befreiung, der Augenblick, in dem festsitzende Energien in Bewegung kommen dürfen, in dem sich etwas heben darf, das lange hinuntergedrückt war.

Ja, in allen von euch sitzen oder saßen diese Energien fest, denn es war nicht die Zeit, „den Deckel zu heben“ und ihnen den Weg ans Licht zu weisen. Jetzt ist die Zeit und mit deinem bewussten Gewahrsein begleitest du diese Energien in die Freiheit. Indem du bereit bist zu spüren, wahrzunehmen, zu fühlen. Indem du atmest und dabei bleibst. Nicht flüchtest. Da bist, präsent bist und erlaubst.

Atme und erlaube auch den in den benachbarten Bereichen deines Herzens festsitzenden Energien, sich zu lüften und zu heben. Deine Lungen werden es dir danken. Lange nicht gefühlte körperliche Empfindungen mögen sich zeigen, während du in diesem einfachen Gewahrsein präsent bist. Versuche nicht sie zu analysieren oder zu interpretieren. Du brauchst sie nicht einmal zu verstehen. Dein Geschehenlassen und Anwesendsein genügt.

Ich, Hanael, begleite deinen Prozess, ich bin liebevoll bei dir und mit dir, während du einem Geburtsprozess ähnlich den Energien erlaubst sich zu zeigen und freizuwerden. Ich bin mit meiner sanften Liebesenergie bei dir.

...

Wir möchten dir zum Abschluss ein Bild übermitteln, das dir helfen möge, diesen Prozess abzurunden und in ein ausgewogenes Gesamtbefinden zurückzukehren.

Sieh dich in einer sanften Schaukel sitzen – eine jener ganz bequemen, dick gepolsterten Hollywoodschaukeln. Du schaukelst sanft und befindest dich in einer Art Wiegen, das sich deinem natürlichen Atemrhythmus anpasst. Synchron mit deinem Atem bewegst du dich vor und zurück, kannst dich ganz in diese Bewegung hinein loslassen und entspannen. Die Schaukel nimmt dich auf und umgibt dich mit einer bergenden gepolsterten Schicht. Du kannst ganz in sie hineinsinken. Während du dich dieser Bewegung hingibst, wirst du immer ruhiger und entspannter. Im sanften Rhythmus deines Atems gleichen sich deine Energien aus, kommt dein Körper und dein ganzes System zurück in einen sehr ausgewogenen Zustand, bis die Bewegung immer langsamer wird und du in einen Zustand der Mitte und Zentriertheit mündest.

Nimm einen tiefen Atemzug, dehne und strecke dich, sei erfrischt und entspannt zugleich.

Deine „geistigen Körpertherapeuten“ wünschen dir eine gesegnete Zeit! ☺