

# LEBT JEDEN TAG ALS EIN MEISTER DES LICHTS

## MORGENS:

Nehmt Euch in dem Augenblick, in dem Ihr erwacht, während Ihr noch im Alpha-Zustand seid, ein paar Minuten, um Eure Nacht Revue passieren zu lassen. Seht, ob Ihr noch etwas von Euren Träumen und deren Bedeutung einfangen könnt. Träume sind einer der Wege, auf denen Eure Führer und Höhere Selbste mit Euch kommunizieren. Bittet sie, dass sie Euch bei der Erinnerung helfen mögen. Ihr könnt Eure Träume in ein Tagebuch schreiben, wenn Ihr es wollt, oder es Euch einfach zur Gewohnheit machen, Euch an Orte zu erinnern, die Ihr besucht habt, oder irgendetwas Wichtiges, das während Eurer nächtlichen Astralreise geschehen ist (Ihr alle träumt und reist in Euren Astralkörpern, ob Ihr Euch nun daran erinnert oder nicht).

Stellt Euch eine kristalline Säule von gold-weißem Licht vor, das von Eurer Göttlichen ICH BIN-Gegenwart herunterstrahlt, Euch einhüllt und sich dann im kristallinen Kern der Erde verankert. Seht einen Laserstrahl von Licht, der sich durch Euer Kronenchakra herunterschraubt und jedes Chakra durchdringt, während er sich durch Eure Wirbelsäule hinunterbewegt, sie wie eine fluoreszierende Röhre entzündet und durch das Wurzelchakra in den Erdkern hinausgeht. Wählt Eure eigene Affirmation oder sagt etwa folgendes:

**"Ich rufe meine Göttliche ICH BIN-Gegenwart und meine Engelshelfer, mich an diesem Tag einzuhüllen, zu führen und zu schützen, zu meinem höchsten Wohle und zum höchsten Wohle aller."**

Ihr könnt auch den geliebten Erzengel Sandalphon anrufen, um Euch geerdet und auf der Erde verankert zu halten, während Ihr danach strebt, ein multidimensionales Wesen zu werden.

Ihr habt den freien Willen und müsst daher den Lichtwesen und Eurem Göttlichen Selbst die Erlaubnis geben, Euch zu führen und zu unterstützen (Diese Übung dauert nur eine oder zwei Minuten, nachdem Ihr Eure Vision aufgebaut und Eure Absicht bekundet habt).

Nehmt Euch ein paar Minuten, um einige tiefe Atemübungen zu machen, um zu tönen und ein oder zwei Glas gutes Wasser zu trinken. Wenn Ihr keinen privaten Raum zu Hause habt oder Euch dort nicht selbstsicher fühlt, dann könnt Ihr Euer Tönen im Auto durchführen. Manche Leute üben ihr Tönen (indem sie Vokaltöne benutzen) unter der Dusche, oder sie machen es zusammen mit ihrer Familie. Nur Ihr könnt entscheiden, wie wenig oder wie viel Ihr die angebotenen Werkzeuge nutzen werdet. Aber seid versichert, wenn Ihr sie nicht nützt, dann werdet Ihr nicht imstande sein, die gewünschten Veränderungen so leicht oder so schnell herbeizuführen. Es ist immer Eure Wahl.

## WÄHREND DES TAGES:

Wenn Ihr Euren Tag beginnt, stellt Euch vor, dass **SPIRIT ALS EIN HEILIGER ZEUGE AUF EURER SCHULTER SITZT**. Ihr könnt es persönlich gestalten und einen schönen Engel dort sitzen sehen, oder einen Führer oder einen aufgestiegenen Meister Eurer Wahl. Macht es real (denn das wird es sein). Nochmals, die Absicht ist der Schlüssel. Es wird für Euch realer werden, wenn die Zeit vergeht, und Ihr werdet beginnen, den Segen Spirits und die Schar Engel um Euch herum als Eure ständigen Begleiter zu fühlen. Wenn Situationen entstehen oder Ihr mit Leuten interagiert (speziell in stressbeladenen Situationen oder in Situationen, die wirklich Eurer Aufmerksamkeit bedürfen), werdet zu einem Beobachter des Prozesses: Was ist die Lektion hinter dieser Situation? Oder was spiegelt Euch diese Person für Euer Lernen wider? Wie würde Euer Heiliger Zeuge in dieser Situation oder

dieser Person gegenüber handeln oder reagieren? Nach einer Weile wird das zur normalen Art und Weise, wie Ihr während des Tages funktioniert. Ihr erfahrt, beobachtet, analysiert, handelt und integriert die Weisheit des Ereignisses. Indem Ihr in dieser Weise handelt, geht Ihr aus dem Reich von Ursache und Wirkung heraus, hinein in einen Zustand der Gnade.

Macht es Euch zur Gewohnheit, während des Tages die Welt um Euch herum wahrzunehmen. Worüber könnt Ihr Euch freuen? Übt, dankbar zu sein für die Schönheit und Freigiebigkeit in Eurem Leben, indem Ihr eine Haltung der Dankbarkeit beibehaltet. Das hilft, das Unterbewusstsein zu konditionieren und es hilft auch, Angst und negative Schwingungen aufzulösen. Wenn Ihr freudvoll, liebevoll und dankbar seid, dann gibt es keinen Raum für Zweifel, Angst oder Negativität. Nehmt wahr, was "richtig" ist an den Menschen in Eurer Welt, und verstärkt dabei ihre positiven Eigenschaften. Und wenn es passend ist, erzählt ihnen, wie Ihr fühlt. Kleine, ernst gemeinte Komplimente oder Worte des Lobes sind Geschenke der Liebesschwingungen für jene um Euch herum.

Wenn Ihr in einer geschlossenen Umgebung arbeitet oder eine Menge Zeit an einem Schreibtisch verbringt, nehmt Euch ein paar Minuten, ein paar Mal am Tag (auch wenn Ihr aufs WC gehen müsst, um Privatsphäre zu haben), nehmt einen Atemzug oder macht eine Toningpause. Einige Minuten tiefen Atmens sind besser als ein Tasse Kaffee oder ein koffeinhaltiges Getränk. Dehnt und ehrt Euer physisches Gefährt und geht sicher, dass Ihr jeden Tag ein paar von diesen Übungen macht.

#### **ABENDS:**

Bemüht Euch, es Euch zur Gewohnheit zu machen, jeden Abend etwas Erhebendes und Inspirierendes zu lesen, auch wenn es nur für ein paar Minuten ist. Eure "geistige Haltung" bestimmt, wie gut Ihr ruht und auf welche dimensionale Ebene Ihr während Eurer Schlafenszeit reist. Nachdem Ihr im Bett seid und kurz bevor Ihr einschlaft, nehmt Euch ein paar Minuten Zeit und geht nochmals den Tag durch. Keine Verurteilung oder Beschuldigungen, seid einfach nur Beobachter. Was habt Ihr an diesem Tag gemacht, das nicht von einer höherschwingenden Energie war? Wie hättet Ihr anders handeln oder reagieren können? Was habt Ihr gesagt, was Ihr auf eine liebevollere Weise oder mit mehr Mitgefühl hättet sagen können? Was habt Ihr nicht gesagt, was Ihr hättet ausdrücken sollen (Eure höchste Wahrheit darlegend)? Habt Ihr irgendwelche Gefühle von Groll oder Ärger ausgesandt? Habt Ihr anderen erlaubt, Eure Realität negativ "einzufärben" mit ihrem Glauben (Energiebänder)? Habt Ihr mehr liebevollen als negativen Austausch mit anderen gehabt? (Erinnert Euch: Ihr könnt zeigen, wie gut Ihr es macht, durch die Menschen und Erfahrungen, die Ihr anzieht!).

Nachdem Ihr den Tagesrückblick beendet habt, sagt etwas wie das:

**"Ich rufe das Mächtige Gesetz der Vergebung (oder den Engel der Vergebung), jegliche disharmonische Energie, die ich heute ausgesendet habe und die nicht Liebe und Licht war, umzuwandeln, auszugleichen und zu harmonisieren."**

Sie wird dann sofort in neutrale Lichtsubstanz umgewandelt und beeinträchtigt daher Euer aurisches Feld oder Eure Realität nicht. **SO MUSS ES SEIN! DAS IST DAS GESETZ!** Indem Ihr das tut, bewegt Ihr Euch in einen Zustand der **HARMLOSIGKEIT** hinein, in dem Ihr nicht länger irgendeine negative Energie oder Karma erschafft. Stellt Euch jeden Menschen auf der Welt vor, wie er in den Zustand der Harmlosigkeit hineingeht und nur ein Prozent positive Liebes-/ Lichtenergie ausstrahlt. Die Menschheit und die Erde würden augenblicklich transformiert werden.

Seht die **VIOLETTE FLAMME DER TRANSMUTATION** von Euren Füßen herauflodern und Euch umgeben. Dies wird sicherstellen, dass die transformierende Alchemie der Violetten

Flamme ihren Zauber an Eurem physischen Gefäß vollbringt, während Ihr ruht, und den Prozess des Loslassens aller negativen Energie und Kernthemen, die Euch den Tag über beschäftigt haben, beschleunigt. Wenn Ihr wollt, bittet Euer Höheres Selbst, Eure Führer oder Engel, Euch (in Eurem Astralkörper) an einen besonderen Platz zu bringen (teilt Eure Vorlieben mit oder bittet darum, an den geeignetsten und für Euer höchstes Wohl besten Platz gebracht zu werden). Bittet Euer Höheres Selbst, Euch dabei zu helfen, Euch nach dem Erwachen an Eure Reisen und Träume zu erinnern, und Eure Astralreisen und Lektionen werden Teil Eurer "realen" Welt werden. Dann schlaft gut, meine Lieben, wissend, dass Ihr während des Schlafes in den Armen von Engeln gewiegt werdet.

**NACH EINER KURZEN ZEIT WIRD DAS ALLES GEWOHNT UND EIN NATÜRLICHER TEIL EURER TÄGLICHEN/NÄCHTLICHEN ROUTINE SEIN, UND IHR WERDET GUT AUF DEM WEG SEIN, WIEDER DER MEISTER EURER WELT ZU WERDEN.**

Liebe, Licht und süße Träume,

Ronna

\*STAR\*QUEST\*  
RONNA HERMAN  
RonnaStar@earthlink.net  
www.RonnaStar.com  
775-856-3654  
6005 CLEAR CREEK DRIVE  
RENO, NV 89502