



## Meditation 1.8.2016

### Kwan Shai Yin

Sei mir begrüßt, oh du geliebtes menschliches Wesen, das du jetzt in diesem Moment deines Seins meine Botschaft vernimmst.

**Ich bin Kwan Shai Yin,** du kennst mich auch unter dem Namen **Kuan Yin**. Man gab mir den Titel einer **aufgestiegenen Meisterin des Mitgefühls**, doch werde ich auch verehrt mit dem Titel einer **Göttin**.

Namen, Titel, Verehrungen, Hierarchien sind aufgestellt von euch Menschen. Aus der Ebene, aus der ich zu euch sprechen darf,

hat dies alles keine Bedeutung. Wichtig ist, dass in dem Moment wo du meinen Namen hörst, wo du spürst die liebevolle Energie, die ich ausbreite um dich und in dir, dass in dem Moment etwas aufsteigt in dir: Mitgefühl für dich selbst.

Ich bin auch **die mit den tausend Augen und tausend Armen**. Dies hat die Bedeutung, dass ich alles, aber auch alles wahrnehme und überall gleichzeitig sein kann, um zu helfen Mitgefühl für ein jegliches Leben, für Mensch und Tier. Mein Name hat auch die Bedeutung **die, die das Weinen der Welt hört**. Ja, ich höre es wohl, ich höre ein jedes Weinen, sei es auch noch so leise, sei es auch noch so tief innerlich, dass du es vielleicht selbst nicht einmal wahrnimmst, wie sehr du doch oft leidest.

Ich erinnere dich heute daran, **Mitgefühl zu haben mit dir, aber auch mit einem jeglichen Lebewesen auf dieser Erde**. Doch hüte dich davor, Mitgefühl mit Mitleiden zu verwechseln. Niemand fordert dich auf, dass du leidest, wenn ein Anderer leidet, hörst du?

Doch wenn du dein Herz öffnest für dich, wenn du dein Herz öffnest für die Liebe, die immer um dich ist, wenn du dein Herz öffnest für mich, wenn du wahrnimmst, dass Leid und Schmerz ebenso zum Leben dazu gehört wie Liebe und Freude. Wenn du dies verinnerlichst, erlangst du eine höhere Stufe der Bewusstheit. Habe vor allen Dingen immer Liebe für dich selbst, hörst du?

**Selbstmitgefühl**, das ist das was ihr oft vergesst bei all dem Leid, bei all dem Schrecklichen was geschieht in dieser Welt, lasst euch nicht davon ablenken. Du fragst dich oft:

„Ja was kann ich tun, ich möchte doch Frieden, ich möchte auch Frieden für die Welt?“

Du kannst nur eines tun:

**schaffe Frieden in dir selbst, schaffe Frieden in deiner näheren Umgebung, verschließe nicht dein Herz vor dem Leid und von dem Schmerz, der auch in dir ruht.**

Wenn du in deinem Leben dir eine Atmosphäre von Liebe und Frieden erschaffst, glaube mir, oh du geliebtes menschliches Wesen, dann tust du viel mehr für die Welt, als dir bewusst ist. Du glaubst mir nicht?

Aber es ist so. Öffne deinen Geist, öffne dein Herz und lass meine Worte wie Perlen, wie glitzernde, schimmernde, perlmutt-farbene Perlen in dich hineinfließen. Hülle dich ein, hülle dich ein in meine Worte, in die kraftvolle Liebe, die doch sanft und umhüllend ist, so zart und fein, dass es keine Worte gibt dafür. Mitgefühl für sich selbst ist niemals Schwäche, hörst du?

Gib dich hin deinem Leben, auch das heißt nicht Schwäche oder Nichtstun. In dem Moment, wo du beginnst dich selbst zu lieben, in dem Moment wo du beginnst Mitgefühl für dich selbst zu haben, dass dir nicht immer alles gleich gelingt, dass es auch schwere und traurige Tage gibt, **Mitgefühl zu haben auch für das, was ihr oft menschliche Schwächen nennt.** Damit, hörst du, oh du mein geliebtes Menschenkind, **damit heilst du nicht nur dich, heilst nur nicht nur deinen Schmerz, deine Wunden, deine Verletzungen, damit heilst du auch den Schmerz dieser Welt.**

Ich, die ich eingehen konnte in das was ihr das Paradies nennt, die ich abgeschlossen hatte menschliche Inkarnationen, die ich aber aus tiefstem Mitgefühl nicht meine Ohren, nicht meine Augen verschließen konnte vor dem Weinen, vor dem Klagen, vor all dem Schmerz, den ihr Menschen oft sogar aus Unwissenheit euch selbst antut. Ich kann nicht ändern das was geschieht, aber ich kann lindern, hörst du?

Auch wenn du vernimmst das was zu dir getragen wird an Leid, an schlimmen Dingen die Menschen sich antun, an all das Grauen, das im Moment mal wieder auf dieser Erde geschieht. Höre nicht auf an die Liebe zu glauben schicke überall hin dein tiefstes Mitgefühl, doch vergiss bei all dem niemals dein Selbstmitgefühl, hörst du?

Gelassenheit zu üben bei all dem was geschieht und trotzdem mitfühlend zu sein ist eine schwierige Gradwanderung, nicht wahr?

Ich sage dir: „**Fühle mit, aber gehe nicht in das Leiden hinein.**“

Damit hilfst du niemandem, hörst du, auch nicht dir selbst, es raubt dir wertvolle Energie, die du doch sinnvoller verwenden könntest.

Ich weiß wie schwierig es ist für euch Menschen, die ihr doch lebt hier in der Verhaftung der Erde, die ihr euch so leicht ablenken lässt von dem Wahren, von dem Wertvollen, von dem göttlichen Kern, der in euch ruht. Ich bin immer, immer zur Stelle, wenn du mich rufst und es ist mir wichtig, dass ich mich heute wieder einmal in Erinnerung rufe in dir, ja in dir.

Du, **du bist wichtig**, du vernimmst meine Worte und du spürst die sanfte mitfühlende Kraft, die in diesen Worten mitschwingt. Ich bin immer da, in dem Moment wo du meinen Namen denkst, bin ich an deiner Seite und jetzt kannst du mich ganz bewusst an deiner Seite wahrnehmen.

**Spüre**, spüre, hörst du, spüre wo du mich wahrnimmst. Ich nehme dich mit auf eine Reise, nehme dich mit auf meinen Schwingen. Lehne dich ganz entspannt zurück oder lege dich ganz entspannt der Länge nach hin, spüre alle Stellen deines Körpers, die jetzt deine Unterlage berühren, auf der du sitzt oder liegst, nehme die Hände zu Schalen geformt auf deine Oberschenkel. Du brauchst nichts zu tun, dein Atem fließt von ganz alleine, du darfst dich einfach nur in meine Energie begeben und ich nehme dich mit in mein Reich. Weit, weit entfernt und doch ganz nah, denn in dem Moment, wo du an mich denkst bin ich schon da. Und in dem Moment wo ich dir sage, du stehst an einem wunderschönen See, der über und über voll ist mit schwimmenden Lotosblüten, in dem Moment bist du schon da, allein durch deine Gedanken, auch wenn du nichts siehst, wenn du glaubst nichts zu fühlen, alles geschieht, hörst du, denn meine Worte tragen dich, helfen dir, dass du dich nicht über deine Gedanken wieder einmal ablenken lässt und vielleicht an ganz alltägliche Dinge denkst: was es noch an Dingen zu tun gibt heute oder was es morgen zu tun gibt oder übermorgen oder nächste Woche. Ja so seid ihr Menschen, ihr lasst euch schnell ablenken, darum spreche ich auch zu dir.

Lass dich tragen an einen weit entfernten Ort, an einen See, mit dem Wissen dass alles ist auch in dir. Du schaust über die spiegelglatte Oberfläche und siehst unzählige Seerosen, die sich bereits geöffnet haben, denn die Strahlen der Sonne haben sie erweckt. Hell leuchtend gleiten sie über die Wasseroberfläche, weiße, schneeweiße und reine Blüten mit einem strahlenden goldenen Kern in der Mitte. Und wenn du genau hinschaust, sind manche der Seerosen mit einem feinen und zarten rosa Schimmer durchzogen. Suche dir eine Seerose aus und bitte sie ans Ufer zu gleiten, glaube mir, es ist alles möglich an diesem Ort, wo du dich jetzt befindest. Ich Kuan Yin bin an deiner Seite und gebe dir meine Hand. Schau mich an, blicke mir in die Augen und du erkennst die Liebe. Denn das was du im Außen erblickst, ist auch in dir. Und dann gehen wir gemeinsam in deine Seerose hinein. Ja wir, du und ich nehmen Platz in

dieser deiner Lotosblüte. Wir sitzen in ihrem goldenen Kern der Mitte und ihre Blütenblätter breiten sich aus und sanft und leise gleitet sie mit uns in die Mitte des Sees, unendlicher Friede. Zarte Gesänge treten an dein Ohr, gepaart mit dem Zwitschern der Vögel, du bist vollkommen geborgen, du bist vollkommen geschützt. Der Friede, spüre ihn, er dringt in all deine Zellen, in all deine Organe hinein. Lehne dich an mich und spüre, wie ich meine Arme um dich lege. Ich Kwan Yin, die ich aus tiefstem Mitgefühl deine Sorgen, deinen Kummer, dein Leid in mich aufnehme. Gib mir all das was dich bedrückt, gib mir all das was dein Herz schwer macht, gib mir deine düsteren Gedanken. Schenke es mir, hörst du, denn ich bin das Gefäß, ich bin der Kelch der all dies aufnehmen kann. Mache dich frei, mache dich jetzt in diesem Moment frei von all dem, was dich belastet. Glaube mir, ich kann es aufnehmen, ich die ich tausend Arme, tausend Augen, tausend Ohren habe, ich nehme all das in mich auf, damit du dich wieder leicht fühlen kannst, zart und leicht, so wie es deinem Wesen entspricht. Lass dich nicht schwer machen von all den niederdrückenden Gedanken, von all dem Schrecklichen, was um dich herum geschieht. Glaube mir du bist aufgefordert, du bist aufgefordert, mir all das zu schenken, damit ich es aufnehmen kann, damit ich es verwandeln kann. Spüre, spüre das Mitgefühl, das nun in dir wachsen darf: Mitgefühl für dein Leben, Mitgefühl für das was du schon erlebt hast. Versöhne dich mit dir, versöhne dich mit all den Taten und Dingen, von denen du glaubst, du hättest es besser machen können. Hadere nicht in den vergangenen Zeiten, bleibe nicht hängen in der Vergangenheit und grübele, überlege was du hättest anders machen können, lege über all das den Mantel des Mitgefühls.

**Ich Kwan Shai Yin**, die ich reise auf dem Strahl der Liebe, die ich bin dir so nah, die ich immer bei dir bin, wenn du an mich denkst, wenn du mich rufst, hörst du, vergiss es nicht, wenn dir wieder einmal ist schwer ums Herz. Dann rufe meinen Namen und ich bin da und ich erinnere dich, dass du wertvoll bist und geliebt, ich erinnere dich an dein Erlebnis mit mir hier auf dem Seerosenteich, auf dem du alles abgegeben hast an mich was dich bedrückt, damit du wieder mit heiterer Gelassenheit durchs Leben schreiten kannst, damit du glücklich sein kannst. Denn dann oh du mein geliebtes menschliches Wesen, dann strahlst du eine ganz besondere Energie aus, dann wirst du dich oft wundern, wie anders dir doch auch die Menschen begegnen, denn sie spüren die Veränderung in dir.

Und so genieße es, mit mir in deiner Lotosblüte über den See zu gleiten und der Frieden erfüllt dich, du bist zufrieden mit dir selbst, du bist zufrieden mit deinem Leben, du kannst dich selbst annehmen so wie du bist. Und so ganz langsam, ganz langsam und sanft und zart gleitet die Seerose wieder zurück ans Ufer und ich nehme dich wieder an die Hand und wir treten gemeinsam zurück ans Ufer. Schau dich noch einmal um, verabschiede dich und bedanke dich bei deiner Lotosblüte, die immer hier an diesem Ort auf dich warten wird. Du kannst immer, immer und zu jeder Zeit wieder zurückkehren hierher mit mir zusammen, um alles abzugeben was dich daran hindert ein glücklicher, zufriedener und liebender Mensch zu sein.

Spürst du die Veränderung in dir, spürst du wie es dir wieder ganz leicht wird um dein Herz, ja wie du dich selbst ganz leicht anfühlst, glücklich, lichtvoll und wunderschön. Dein Herz ist weit geöffnet, da ist viel Raum für Liebe, für Mitgefühl. Und jetzt nicht nur für dich, sondern auch für andere Menschen, die es im Moment benötigen. Ihr Menschen wisst gar nicht, wie wichtig eure Gedanken sind, wie wichtig die Ausrichtung ist, denn **die Energie folgt euren Gedanken.**

**Schicke nun aus deinem Herzen einen mitfühlenden Strahl der Liebe an alle Orte auf dieser Erde, die im Moment so sehr leiden.** Du kannst gezielt diesen Strahl schicken oder auch global um die ganz Erde, um das ganze Erdenrund und auch zu Mutter Erde ganz direkt, die ebenfalls leidet und die mich oft und oft ruft, um auch ihr zu helfen, diese nicht einfache Zeit zu durchlaufen.

**Ich Kwan Yin** bin mit euch Menschen so inniglich verbunden, bin immer da, rufe mich hörst du, rufe mich, damit du deine Bewusstheit für mich öffnest, denn ich bin auch an deiner Seite wenn du mich nicht rufst, aber es ist ein großer Unterschied, wenn es dir bewusst ist. Damit erhöhst du, damit erhöhst du auch meine Energie und vor allen Dingen deine Eigene. Zu wissen, da ist etwas an meiner Seite, das liebt mich, das hilft mir ganz direkt und augenblicklich, in mein

eigenes Mitgefühl zu gehen für mich selbst, damit es mir etwas leichter wird, auch die schwierigen Situationen meines Lebens zu meistern. Ja, sei auch du eine Meisterin deines Lebens.

**Ich Kwan Yin** die ich reise auf dem Strahl der Liebe direkt in dein Herz hinein, ich wünsche dir, ich wünsche dir einen lichtvollen und liebenden Tag und eine ebenso friedvolle Nacht. Vergiss nicht meinen Namen, ich die ich das Weinen der Welt höre und die, die ich immer da bin für dich, hörst du?

**Ich Kwan Yin** schicke dir meine Segen und hülle dich noch einmal ein in das reine Licht der Liebe und des Mitgefühls. Bleibe noch einen Moment, solange du kannst in dieser friedvollen Energie und glaube mir, dein Energiefeld hat sich angefüllt mit Licht und Liebe, hat sich geglättet, du wirst es spüren.

**Ich Kwan Yin danke dir und segne dich.**

