

Der kleine Esoteriker



In manchen Steinen kann man sich spiegeln...

Michael Hannes Schefberger

Ein Tag im Leben des kleinen Esoterikers

Der kleine Esoteriker wacht auf. Noch im Halbschlaf erspürt er all seine Muskeln und spannt sie an. Er freut sich über den neuen Tag und setzt sich an den Bettrand.

Der kleine Esoteriker stellt sich über seinem Kopf eine Dusche mit weißem Licht vor, das von oben bis zu seinen Füßen hinunter läuft. Dann stellt er sich vor, wie weiße Lichtstrahlen durch seine Knie, die Unterschenkel und die Fußsohlen bis zum Erdmittelpunkt leuchten, zwölfmal hintereinander.

Nun spricht der kleine Esoteriker laut folgende Sätze aus:

“Geistige Helfer: Ich bitte um Beistand, Hilfe, Schutz und Führung.”

“Höheres Selbst: Bitte übernimm die Führung über meine Gedanken, Worte und Handlungen.”

“Erden-Ich: Bitte arbeite am heutigen Tage im Rahmen der dir geschenkten Fähigkeiten und Möglichkeiten zum Wohle der Gesamtpersönlichkeit mit.”

“Herr, hab Dank für diese Nacht. Mir ist bewusst, dass ich an diesem Tag meine Aufgaben habe. Ich bitte auch um Hilfe am Tage.”

Der kleine Esoteriker nimmt sich für diesen Tag etwas Besonderes vor, etwas, das ihm sonst schwerfällt. Er spricht auch diesen Vorsatz für diesen Tag laut aus, zum Beispiel:

“Ich spreche nur, was wahr, liebevoll und notwendig ist. Der Engel des kreativen Wortes führt mich.”

Jetzt zieht sich der kleine Esoteriker das Nachtgewand aus und steht auf.

Nur mit der Unterhose bekleidet, ballt er beide Hände zu Fäusten und streicht mit den Gelenkknöcheln am Handrücken senkrecht seitlich neben der Wirbelsäule auf der Körperhinterseite zwölfmal abwechselnd auf und ab.

Danach legt er seine linke Handfläche auf den Unterbauch, die rechte Hand darüber (Frauen machen das umgekehrt) und zieht zwölfmal beide Hände mit leichtem Druck kreisförmig in weitem Bogen rund um den Nabel, um dann die Hände zwölfmal in die andere Richtung zu bewegen. Der kleine Esoteriker macht das regelmäßig, um seine Verdauung und die Nieren zu unterstützen, jeweils einmal am Morgen und am Abend.

Nun liest der kleine Esoteriker wie an jedem Tag die “Fürbitte an die Geistigen Helfer der Erde” laut vor:

Fürbitte an die Geistigen Helfer der Erde

*“Ich grüße die Geistigen Helfer der Erde, allen voran
Erzengel Michael, Erzengel Gabriel,
Erzengel Raphael und Erzengel Uriel.*

Ich grüße die Christusenergie.

*Ich grüße die Vertreter des Mineralreichs in diesem Haus,
in dieser Ortschaft, in diesem Land, auf diesem Kontinent und
auf und unter der Erde.*

*Ich grüße die Mächte, Throne und Gewalten,
die Seraphim, Cherubim und Herrschaften
auf, über und unter der Erde.*

*Ich grüße meine persönlichen Geistigen Helfer und
besonders meinen Schutzengel.*

*Ich grüße die Engelfürsten von Europa, Asien, Afrika,
Australien und Neuseeland, von
Nordamerika, Südamerika,
der Antarktis und den Weltmeeren.*

*Ich grüße die Aufgestiegenen Meister und Hüter der zwölf Göttlichen Strahlen:
Sanat Kumara, Hilarion, St. Germain,
Lady Nada, Lady Rowena, Kuthumi, Konfuzius,
Jesus Sananda, El Morya, Paolo den Venezier oder Maha Cohan,
Serapis Bey und Maitreya.*

Ich grüße die sonstigen Engelfürsten, Erzengel und Engel der Erde.

*Und ich grüße die sonstigen Geistigen Helfer auf, über und unter der Erde,
die hier nicht namentlich erwähnt wurden
und bitte alle angesprochenen Geistigen Wesenheiten,
die Christusenergie und
die Vertreter des Mineralreichs
um Beistand, Hilfe, Schutz und Führung
bei meinen Gedanken, Worten und Handlungen.*

*Abschließend grüße ich den Herrn, der über alles wacht.
Ich danke im Voraus, im Nachhinein und im Ewigen Jetzt.”*

Der kleine Esoteriker weiß, dass diese Fürbitten eine enorme Kraft haben und wirken, denn er hat gelernt: “Gedankenkraft ist Schöpferkraft”.

Mindestens einmal in der Woche führt der kleine Esoteriker im Laufe eines Tages eine Erdmeditation durch, entweder allein oder mit anderen Menschen zusammen. Um das Gruppen-Zusammengehörigkeitsgefühl zu stärken, sprechen alle Beteiligten nacheinander jeweils eine von insgesamt vier Affirmationen nach:

“Die kosmische Kraft erfüllt uns.

Sie hilft uns, die Aufgaben unseres Lebens zu bewältigen.

Die kosmische Liebe erfüllt uns.

Sie hilft uns, für den Nächsten unser Herz zu öffnen und ihn (oder sie) zu umarmen.

Die kosmische Weisheit erfüllt uns.

Sie hilft uns, zu erkennen, wo und wodurch wir uns behindern.


Das kosmische Licht erfüllt uns.


Es lässt unsere Göttlichkeit strahlen.”

Die darauffolgende Erdmeditation liest nun eine Person vor - oder sie wird von einer HiFi-Anlage wiedergegeben:

Erdmeditation

YouTube-Videos:

 Erdmeditation mit Klangschalen

 ERDMEDITATION komplett - geführte Meditation ohne Gong und Klangschalen (für ...

Alle außer dem Vortragenden schließen bei dieser Meditation die Augen:

“Wir reichen einander im Geiste die Hände und umschließen den Erdball.

Bewusst atmen wir nun die reine kosmische Energie ein.

Die nächste Energie, die wir ausatmen, schicken wir ...

... dem Mineralreich – und denken an die Steine, Berge und Gebirge.

... dem Pflanzenreich – und denken an die Blumen, Sträucher und Bäume.

... dem Tierreich – und denken an die Tiere, von den kleinsten bis zu den größten.

... dem Menschenreich – und denken an die Menschen, egal welcher Hautfarbe oder Religion sie sind.

... dem Element Erde – und denken an die Böden, besonders an die Ackerböden, die uns mit Nahrung versorgen. {Geistig als Ergänzung möglich: "Wir bitten Erzengel Uriel um Unterstützung und Führung."}

... dem Element Feuer – und denken an die Vulkane. {"Wir bitten Erzengel Michael um Unterstützung und Führung."}

... dem Element Wasser – und denken an die Flüsse, Seen und Meere. {"Wir bitten Erzengel Gabriel um Unterstützung und Führung."}

... dem Element Luft – und denken an die Winde, Stürme und Orkane. {"Wir bitten Erzengel Raphael um Unterstützung und Führung."}

... dem Element Äther – und denken an die Gedanken der Menschen. {"Wir bitten alle Erzengel, besonders El Morya um Unterstützung und Führung."}

... den Gebäuden und Bauwerken auf der Erde.

... in die Katastrophengebiete.

... in die Erdbebengebiete.

... in die Hungergebiete.

... in die Seuchengebiete.

... in die Kriegsgebiete.

Nun wollen wir die Erde einhüllen

... in eine rosa Wolke – rosa, die Farbe der Liebe.
{"Wir bitten Lady Rowena, Jesus Sananda und die Christusenergie um Unterstützung und Führung."}

Als Nächstes hüllen wir die Erde

... in eine grüne Wolke – grün, die Farbe des Heilens und Wachstums.
{"Wir bitten Erzengel Raphael, Hilarion und die Christusenergie um Unterstützung und Führung."}

Als Nächstes hüllen wir die Erde

... in eine violette Wolke – violett, die Farbe der Vergebung. {"Wir bitten St. Germain, die Amethyste der Erde und die Christusenergie um Unterstützung und Führung."}

Und zum Abschluss hüllen wir die Erde

... in eine weiße Wolke – als Schutzmantel gegen das, was die Erde von außen beeinflusst.
{"Wir bitten Serapis Bey, die weißen und durchsichtigen Bergkristalle der Erde und die Christusenergie um Unterstützung und Führung."}

Danke."

Der kleine Esoteriker weiß um die enorme Wirkung dieser Meditation, weshalb er sie am liebsten jeden Tag durchführen möchte, um seinem Leben einen tieferen Sinn zu geben und auch um anderen zu helfen, denen es im Moment nicht so gut geht.

Am Nachmittag oder am Abend macht der kleine Esoteriker - wenn es sich zeitlich ausgeht - gerne noch eine Chakrenmeditation, von denen es mehrere zur Auswahl gibt.

(Download der folgenden Dateien wird empfohlen, da längere Audio-Dateien dzt. meist nicht ganz wiedergegeben werden, sondern während der Wiedergabe stoppen.)

[Die Kristallinsel - Sanat Kumara \(Kristallfamilie.de\)](#)

[Chakrenreise Merkaba - Sanat Kumara \(Kristallfamilie.de\)](#)

[Das Licht am Meer - Sanat Kumara \(Kristallfamilie.de\)](#)

Um die Verbindung mit der Erde und allem, was darauf lebt zu vertiefen, hält der kleine Esoteriker sehr gerne noch einmal pro Monat die folgende Meditation:

[Erdmeditation mit den vier Elementen - Sanat Kumara \(Kristallfamilie.de\)](#)

Der kleine Esoteriker hat sich bemüht, diesem Tag einen tieferen Sinn zu geben. Vor dem Schlafen gehen spricht er noch vier Danksagungen aus:

“Geistige Helfer: Habt Dank für Beistand, Hilfe, Schutz und Führung am heutigen Tage.”

“Höheres Selbst: Hab Dank für die Führung.”

“Erden-Ich: Hab Dank für die Mitarbeit.”

“Herr: Hab Dank für diesen Tag. Ich bitte auch um Hilfe in der Nacht.”

Der kleine Esoteriker legt sich nun ins Bett, dessen geopathische Störfelder er mit einer mindestens 34 Millimeter dicken Holzschicht auf der gesamten Stellfläche umgeleitet hat, um besser schlafen zu können. Direkt neben dem Bett hat der kleine Esoteriker ein Diktiergerät, mit dem er später, ohne sich viel bewegen zu müssen das Geträumte festhalten kann, solange die Erinnerung noch frisch ist.

Ein “sinnvoller Tag” neigt sich dem Ende zu. Der kleine Esoteriker ist zufrieden.

© Copyright Michael Hannes Scheferberger, Eisenstadt, Österreich am 18. Oktober 2023
Dieses Dokument darf unverändert frei kopiert werden.

Die verwendeten Meditationen sind auch frei kopierbar, sofern der Urheber/Autor genannt wird:

Channelmedium Gerold Voß von www.Kristallfamilie.de bei Sanat Kumara-Meditationen; ursprüngliche Erdmeditation (ohne geistige Engelanrufung) um 1995 vom Channelmedium Magrit Siegl (gestorben 2010), Breitenbrunn; ansonsten Michael Hannes Schefberger: www.ein-sinnvoller-Tag.at.

Hauptverzeichnis-Link: [Ein sinnvoller Tag \(Google Drive\)](#)

Wer an der Verbreitung dieses Textes mitwirken möchte, kann ihn bekannter machen, indem er oder sie die dazugehörigen YouTube-Videos liked oder den Kanal abonniert:

<https://youtube.com/@MichaelHannesSchefberger>

Auch Anklicken und Weiterempfehlen der Homepage www.ein-sinnvoller-Tag.at ist von Vorteil, nicht nur in Deutsch, sondern auch in anderen Sprachen wie z.B. Englisch.

Dieses Dokument wird nach und nach in viele Sprachen übersetzt werden.