

- [Shelley Young](#)
- [Rebecca Couch](#)
- [Brenda Hoffman](#)
- [Weitere](#)
- [Die Geistige Welt - Sie ist nicht woanders](#)
- [Die Geistige Welt - Nichts für Verstand und Ego](#)
- [Die Geistige Welt kennenlernen](#)
- [Die Geistige Welt - Wille und Urteil](#)
- [Die Geistige Welt ist überall](#)
- [Mediale Heilung](#)
- [Neuigkeiten](#)



ERDET EUCH ÜBER DIE UNTEREN DREI CHAKRAS

Maria Magdalena, gechannelt durch Pamela Kribbe

Liebe Menschen,

ich bin eure Schwester und euch Gleichgestellte.

Ich lade euch ein, euch gemeinsam mit mir auf eine Reise durch euer Energiefeld zu begeben, insbesondere durch seine untere Hälfte, eure unteren Energiezentren, die sich im Bereich eures Bauches und eures Steißbeins befinden.

Der Grund, warum ich heute hierüber sprechen möchte, ist, dass im Idealfall der Bauch und das Becken den Anker eures Bewusstseins bilden. Energetisch gesehen verbinden die unteren drei Chakras oder Energiezentren euch mit der Erde, eurem irdischen Dasein. Denn eure Seele ist nicht irdisch, sie kann sich auch in anderen, nicht-irdischen Formen oder Körpern manifestieren. Eure Seele ist eine Reisende, die viele Formen annehmen kann.

Wenn die Seele auf die Erde kommt, hüllt sie sich in einen menschlichen Körper. Dieser Körper besteht aus Materie, einem festen Stoff, einer festen Substanz und ist mit den physischen Sinnen sichtbar und fühlbar. Doch *in* dieser Substanz und um sie herum befindet sich ein Energiefeld - eine Aura, wie ihr es auch nennt. Dieses Feld besteht gleichsam aus einer subtileren, feineren Substanz als der physische Körper selbst. Und so bildet euer Energiefeld eine Art Brücke zwischen dem stofflichen Körper und eurer formlosen, freien Seele.

Der subtile, feine Körper des Energiefeldes - des Feldes, das euren physischen Körper umgibt - ist mit euren irdischen Sinnen nicht wahrnehmbar, ist aber dennoch in Zeit und Raum lokalisiert. In dem Sinne ist er fester und inkarnierter als die freie Energie der Seele. Er befindet sich mehr in Materie, Raum und Zeit als der ganz und gar freie, geistige Teil von euch. Auf diese Weise fungiert er als Brücke zwischen den beiden Welten - der physischen und der nicht-physischen.

Wenn ihr euch mit eurem Energiefeld verbindet, bekommt ihr Zugang zu eurer Seele, zu eurer inneren Welt. Ihr beginnt zu spüren, wie sie Energiefeld mit eurem Körper und eurem täglichen Leben verbunden ist.

Ich möchte mich diesmal also auf den Bereich von Bauch - Magen, Unterleib und Steißbein - fokussieren, weil dieser Bereich äußerst wichtig für eine feste Erdung ist. Die Verwurzelung im Hier und Jetzt, die volle Präsenz in eurem irdischen, alltäglichen Sein: Das ist Erdung.

Ich möchte euch einladen, zu *fühlen*, wie es ist, geerdet zu sein. Darum bitte ich euch nun, Kontakt mit eurem Wurzelchakra aufzunehmen, das auch erstes Chakra genannt wird. Es befindet sich auf der Höhe eures Steißbeins und bildet energetisch einen Zugangspunkt zwischen euch und der Sphäre der Erde. Es wird deshalb Wurzelchakra genannt, weil hier - auf einer sehr instinktiven Ebene - eure Verbindung, eure Verwurzelung mit der Erde zum Ausdruck kommt.

Ich bitte euch nun, euch mit eurer Aufmerksamkeit hinunter zu begeben. Stellt euch vor, dass ihr durch euer Rückgrat hindurch bis zu eurem Steißbein, bis zum unteren Ende eurer Wirbelsäule hinabsteigt und mit eurer Aufmerksamkeit und ganz gar in euer Wurzelchakra hinein schlüpft, und öffnet euch dann für die Natur und das Wesen der Erde. Blickt dabei durch die rein äußerlichen Erscheinungsformen hindurch. Auch die Erde hat ein Energiefeld, ist ein beseeltes Wesen, ist also viel mehr als die äußeren Formen, die ihr in der Natur antrefft. Nehmt dann von eurem Wurzelchakra aus Kontakt mit dem Innersten der Erde auf, mit ihrem Kern, ihrem lebendigen Kern. Seht diesen lebendigen Kern dann einmal vor euch als eine Frau - als eine schöne, tanzende Frau oder als eine kraftvolle, alte Frau, eine weise Frau. Schaut, was euch als passendes Bild für die Seele der Erde, für Gaia, in den Sinn kommt.

Lasst dieses Bild einfach in eurer Vorstellung aufsteigen. Es ist ein positives Bild, ein Bild schöpferischer Kraft. Öffnet euch für die Energie dieser Frau, der Erde. Sie lädt euch *ein*, hier zu sein, sie heißt euch willkommen. Möglicherweise fühlt ihr, dass irgendwo in eurem Inneren Zweifel oder ein Stocken besteht, weil ihr vielleicht nicht sicher seid, ob ihr überhaupt wirklich hier sein wollt oder euch hier zuhause fühlt. Nehmt es wahr und nehmt es ernst. Fragt euch, ob Ängste oder Blockaden bestehen, die euch davon abhalten, "Ja" zur Erde zu sagen und euer Wurzelchakra mit dem zu füllen, was die Erde euch geben möchte.

Ihr alle tragt Erinnerungen an Momente aus diesem Leben und aus vorherigen Leben in euch, die schmerzvoll waren, in denen ihr euch in eurem irdischen Dasein gefangen oder zurückgewiesen gefühlt habt. Diese Momente des Schmerzes, manchmal auch Momente des Traumas, führten zu einer schlechten Verbindung oder einem durchbrochenen Band mit der Erde. Viele von euch hatten Schwierigkeiten mit ihrer erneuten Inkarnation in dieses Leben. Ihr hattet Angst davor oder fühlte einen inneren Widerstand dagegen, und das kann euch jetzt davon abhalten, voll und ganz "Ja" zu eurem irdischen Sein und zur Erde selbst zu sagen.

Ich bitte euch, nun einmal eure Aufmerksamkeit darauf zu richten, was noch an Ängsten oder Widerständen in euch vorhanden ist, und dies für euch selbst deutlich fühlbar zu machen. Versteckt es nicht, sondern stellt es in den Mittelpunkt eurer Aufmerksamkeit. Fragt euch: "Wo blockiere ich meine eigene Verwurzelung, meine Verbindung mit der Erde?"

Um euch hierbei zu helfen, bitte ich euch, euch vorzustellen, wie es war, als ihr dieses Mal als Baby auf die Erde kamt. Stellt euch eure Inkarnation in diesem Leben vor und wie ihr aus einer himmlischen Sphäre heraus näher und näher zur Erde kamt. Welche Gefühle löst das in euch aus? Dies ist eine Art Regression hin zu dem Moment, bevor ihr dieses Leben begonnen habt und euch der Erde genähert habt. Es gab in euch Gefühle von Zweifel, Widerstand oder Angst, und ihr könnt diese Gefühle im übertragenen Sinn in dem Baby wahrnehmen.

Schaut euch euer eigenes Energiefeld in dem Moment an, als ihr an der Schwelle zu diesem Leben standet - ihr könnt dies symbolisch tun, indem ihr euch selbst als Baby vor euch seht. Fühlt, welche energetischen Belastungen oder Spuren aus der Vergangenheit ihr in euch getragen habt. Fühlt sie als schwere Energie oder seht sie als eine dunkle Farbe. Macht sie für euch wahrnehmbar.

Wenn ihr diese Inkarnationslast oder -blockade gut vor euch seht, stellt euch vor, dass ihr jetzt, in eurem jetzigen Dasein, dieses Baby in eure Arme nehmt, mit der Blockade und allem, und diesem Baby sagt, wie schön und kostbar es ist. Mit eurem heutigen Bewusstsein, mit der Weisheit, die ihr in diesem Leben angesammelt habt, heißt ihr das Kind willkommen. Wenn es auch in eurem jetzigen Leben Einflüsse gab, die nicht liebevoll waren, habt ihr dennoch die Liebe in eurem Kern bewahrt. Fühlt das. In eurem Herzen fließt Liebe. Ihr seid kraftvolle und liebevolle Wesen, die über die negativen Einflüsse hinausreichen. Ihr nehmt das Baby in eure Arme und löst es dadurch von den Einflüssen aus der Vergangenheit. Ihr seid der Wächter, der Führer, die Eltern dieses Babys und seid zugleich euer eigener Anker.

Geht nun erneut in den Bereich eures Wurzelchakras und füllt es mit eurem eigenen Licht. Fühlt, dass ihr hierhergekommen seid, um mit der Seele der Erde zusammenzuarbeiten. Ja, ihr tragt alten Schmerz in euch, aber auch eure eigene Weisheit und euer eigenes Licht. Füllt nun aus dieser Kraft in euch euer Wurzelchakra mit eurer ganz eigenen Seelenenergie. Fühlt, wie sie fließt, und fühlt, wie ihr euch dieses Chakra ganz und gar zu eigen macht. *Ihr dürft* hier sein, mit allem, was in euch lebt. *Ihr seid* auf der Erde willkommen. Spürt, dass die Erde euch etwas geben möchte. In diesem Moment möchte die Erde euch etwas reichen, das euch auf eurem Weg dient. Lasst es zu euch strömen und fühlt oder seht dann, was es ist. Die Erde liebt euch. Sie möchte euch auf vielerlei Weise Fülle schenken, damit ihr die Möglichkeit findet, euch zum Ausdruck zu bringen. Fühlt, wie aus eurer Verbindung mit der Erde heraus eure eigene Strömung in eurem Wurzelchakra in Bewegung kommt.

Nun reist mit mir zum zweiten Chakra, das sich in der Mitte eures Bauches hinter eurem Nabel befindet. Reist mit eurer Aufmerksamkeit dorthin und füllt euren Bauch mit sanftem Bewusstsein. Der Bereich eures Bauches steht mehr mit der menschlichen Welt, mit den Menschen um euch herum in Verbindung als das Wurzelchakra. In diesem Bereich des Bauches öffnet ihr euch auf einer emotionalen Ebene für eure Umgebung, und damit beginnt ihr als Kind.

Ich bitte euch nun, im Zentrum eures Bauches ein spielendes Kind zu sehen. Das Kind, das ihr wart, das Kind, das ihr seid. Seine Natur ist es, zu spielen, und dieses Spielen ist nichts Oberflächliches, sondern ist tief mit eurer kreativen, schöpferischen Natur verbunden. Das Spielen des Kindes ist wie ein Tanzen, ein Mitgehen mit der Strömung der Seele. Seht dieses tanzende, spielende Kind vor euch. Fragt es, was es hier in der irdischen Sphäre tun kommt. Dieses Kind ist mit eurem Herzen verbunden. Es ist der irdische Ausdruck eurer Herzenergie.

Ich möchte, dass ihr fühlt, wer dieses Kind in seinem kraftvollsten und seinem verletzlichsten Aspekt ist. Lasst uns zunächst des kraftvollen Teils annehmen. Wenn ihr dieses Kind seht, das aus vollen Zügen spielt, tanzt und sein Licht ausstrahlt: Was löst das in euch aus? Wie steht es dann in der Welt? Seht es euch an. Wie geht es auf andere Menschen zu? Was möchte es dem anderen geben? Was möchte dieses Kind mit den Menschen seiner Umgebung teilen? Spürt die Energie dieses Kindes. Fühlt, dass etwas Lichtes, etwas Höheres darin mitschwingt, etwas von einem Seelenreichtum, der aus einer höheren Sphäre kommt und der der Erde und dem menschlichen Bewusstsein helfen will, sich hier zu verändern, und es ein wenig anheben möchte. Dies ist in euch, dies lebt in euch. Wenn ihr Umgang mit anderen Menschen habt, macht das etwas mit ihnen.

Stellt euch vor, wie es wäre, wenn ihr diese kreative Lichtkraft in euch ohne Mühe, ohne Scham und ohne Angst glücklich und entspannt ausstrahlen würdet. Wie würdet ihr dann leben? Wie würde es euch dann gehen?

Und wie würdet ihr dann eure Grenzen setzen? Denn aus eurem Kern heraus, eurem schöpferischen Kern zu leben, bedeutet, Raum für euch selbst zu schaffen und auch zu wagen, "Nein" zu sagen zu Orten, Menschen und Umgebungen, die euer Licht in gewisser Weise abtöten oder ersticken. Das spielende Kind kann auch ein kräftiges "Nein" vermelden, "Das gefällt mir nicht; das will ich nicht." Spürt einmal ganz deutlich, was ihr in eurem Alltag anders machen würdet, wenn ihr diesem Kind jetzt freien Raum geben würdet.

Dadurch, dass euch eine höhere Lichtkraft durchströmt, werdet ihr ein Verlangen nach Nähe haben und danach, etwas Kostbares und Wertvolles von euch selbst mit anderen zu teilen, aber es wird zugleich auch ein Bedürfnis nach Raum und Abstand, nach Grenzen bestehen, denn eure Energie unterscheidet sich von der durchschnittlichen Welt um euch herum, von dem durchschnittlichen Bewusstsein um euch herum. Werdet euch der Bedürfnisse dieses freien, spielenden Kindes in euch bewusst. Damit spürt ihr eure eigenen Grenzen, und das ist äußerst wichtig, wenn ihr eure Seelenenergie auf der Erde ansiedeln wollt.

Ich bitte euch nun, euch dem verletzlichen Teil dieses Kindes zuzuwenden. Ihr habt es gerade in seinem freien Ausdruck gesehen und fragt nun dieses Kind: "Was ist dein tiefster Schmerz, der dich dazu bringt, dich zu verstecken, der dich unfähig macht, dich auszudrücken oder deine Grenzen aufzuzeigen?" Fragt es, und lasst die Antwort in Form eines Gefühls, eines Bildes, einer Farbe vielleicht oder einer Energie, die ihr wahrnehmt, zu euch kommen. Und um seiner Verletzlichkeit auf den Grund zu gehen, fragt euch selbst oder fragt das Kind, was es tut, wenn es sich unsicher fühlt. Was geschieht mit diesem Kind, wenn es sich unsicher, emotional bedroht, ängstlich, nicht in Sicherheit fühlt? Und spürt auch auf energetischer Ebene, wie ihr euch verkrampft oder verschließt, sobald ihr euch in dieser emotionalen Unsicherheit befindet. Das dämpft oder löscht das Licht in euch und lässt euch wie ein Gefangener in dieser Welt fühlen.

Fragt euer inneres Kind jetzt: "Was kann dir helfen, wenn du dich nicht sicher fühlst oder du dich innerlich verschließt, wegen alter Schmerzen, wegen Wunden, die du in dir trägst? Was hilft dir, dich zu entspannen und dein Licht wieder scheinen zu lassen?" Fragt auch konkret, was ihr in dem Moment tun könnt, wo sich euer zweites Chakra, dieses innere Kind, vor Schmerz verschließt. Das Kind ist in dem Moment sehr verletzlich. Fragt es voller Sanftmut, was ihr in einem solchen Moment tun könnt - und tut es jetzt! Stellt euch vor, dass ihr euch diesem zusammengekauerten Kind, das sich ängstlich, verletzlich oder wütend fühlt, mit einem Lächeln, mit Geduld und in Liebe nähert. Spürt, dass ihr die Weisheit habt, diesem Kind die Hand zu reichen. Ihr seid der Schlüssel. Nehmt es in eure Arme und fühlt, wie sich seine Energie lockert, wie es auftaut, wie die Energie wieder zu fließen beginnt, fühlt, wie das spielende Kind wieder zum Leben erwacht.

Wiederholt es für euch. Lasst die Energie in eurem Bauch, in eurem Nabelchakra frei.

Und nun gehen wir weiter hinauf zum dritten Chakra, eurem Sonnengeflecht, dem Energiezentrum auf der Höhe eures Magens. Dies ist das Zentrum des Handelns, besser noch gesagt, das Zentrum, in dem eure Seelenenergie in der materiellen Wirklichkeit gebündelt wird und wo eure Seelenenergie, um es so zu sagen, nach außen übersetzt wird, irdisch wird: sichtbar, greifbar, manifestiert in der äußeren Wirklichkeit. Seht dort in der Mitte eures Sonnengeflechts, eures Magens nun eine Sonne scheinen. Eine gelbe, warme Sonne, die euch wärmt, die euch Selbstvertrauen gibt und die euch an eure Möglichkeiten glauben lässt, euch selbst, eure eigene Seele zum Ausdruck zu bringen.

Viele von euch sind und fühlen sich in den höheren Chakras, in der oberen Hälfte ihres Energiefeldes zuhause, und haben Schwierigkeiten damit, ihre Träume, ihre Ideale und auch ihre innere Weisheit in die untere Hälfte ihres Energiefeldes einströmen zu lassen, sie in der irdischen Wirklichkeit zu manifestieren. Das ist insofern verständlich, als eure Energie oft nicht mit der Energie der Welt um euch herum übereinstimmt, nicht zu ihr passt. Ihr tragt ein sich erneuerndes Bewusstsein in euch, das in der Welt um euch herum zu erwachen beginnt, sich dort aber noch nicht etabliert hat.

Ich lade euch jetzt dazu ein, einmal im Bereich eures Magens, eures Sonnengeflechts, deutlicher eure eigene männliche Energie zu spüren. Es ist eine selbstbewusste, kraftvolle Energie, die scharfsinnig wahrnimmt, was um sie herum geschieht, und euch ermöglicht, klare Entscheidungen zu treffen. Wenn ihr euch viel in den höheren Chakras aufhaltet, könnt ihr mitunter den Kontakt dazu verlieren, wie die Welt, die euch umgibt, wirklich ist.

Ich lade euch nun also ein, in eurem Sonnengeflecht eine geerdete, männliche Energie zu spüren. Ihr könnt ihr dafür auch eine Form oder Gestalt geben. Wählt einfach eine aus: Ihr mögt einen Mann, einen männlichen Führer, erscheinen sehen oder sie kann die Form eines Tieres annehmen. Was diese Erscheinung in jedem Fall ausstrahlt, ist Selbstbewusstsein und Urteilsvermögen - das Gefühl, dass *ihr* entscheidet, dass ihr die Dinge abwägt und dann zu einer Entscheidung kommt. Es geht also darum, im Mittelpunkt zu stehen und bei euch selbst zu bleiben. Man könnte es Kontrolle nennen, jedoch nicht im Sinne einer zwingenden Kontrolle: Es ist eine Kontrolle, die zu einem geerdeten dritten Chakra gehört, eine Kontrolle, die die Entscheidung bei *euch* lässt: "*Ich wähle!*"

Wenn ihr empfindsam seid, und besonders wenn ihr hochempfindlich seid - wenn ihr alles nur Mögliche fühlt, alle möglichen Dinge wahrnehmt, zudem idealistisch seid, von anderen Möglichkeiten träumt und auf alle möglichen Energien in der Zukunft eingestimmt oder ausgerichtet seid - dann lässt euch die geerdete männliche Energie, die idealerweise im dritten Chakra strömt, mit dem Boden verbunden bleiben. Sie erdet euch und gibt euch die Fähigkeit, gut zu spüren, welches in diesem Moment gute, nährenden Entscheidungen sind. Wenn diese Energie gut fließt, dann habt ihr einen gesunden Puffer gegen die Außenwelt. Dann könnt ihr euch Raum für euch selbst schaffen und euch verschließen, wenn es nötig ist, und "Nein" sagen, wenn ihr euch danach fühlt. Dadurch entsteht freier Raum, sodass ihr mit eurer subtilen inneren Welt und eurer Seelenenergie euren Platz in dieser Welt, in eurem täglichen Leben einnehmen könnt.

Ihr braucht eine robuste, selbstbewusste Energie, damit ihr die sensiblen, subtilen Seiten eurer selbst, um es so auszudrücken, herabkommen, landen lassen könnt. Ihr könnt das dritte Chakra auch als Torwächter für eure Seelenenergie sehen. Die männliche Figur, die euch vorzustellen ich euch vorhin gebeten habe, symbolisiert diese Pförtnerrolle. Lasst diese Energie fließen und spürt, wie ihr euch dadurch vor allen Arten von Impulsen, Menschenmassen und belastender Energie um euch herum geschützt und euch behütet fühlt. Spürt, wie wichtig es ist, fest bei euch selbst zu bleiben, indem ihr in dieser oft energetisch so schweren Wirklichkeit etwas von eurem Licht ausstrahlt.

Wir haben nun die Reise durch die Chakras in der unteren Hälfte eures Energiefeldes vollendet, und ich danke euch für eure Aufmerksamkeit.

Ich möchte euch jetzt bitten, zu fühlen, dass alle, die dies hören oder lesen - sei es in diesem Moment oder zu einem späteren Zeitpunkt - durch denselben Seelenpfad, denselben Weg miteinander verbunden sind, dass ihr nicht allein seid, sondern unsichtbar verbunden seid mit eurer Seelenfamilie - auch wenn ihr sie nicht hier und jetzt auf der Erde treffen werdet, unterstützt eure

27.03.23, 12:09

Licht der Welten - Yvonne Mohr - Maria Magdalena - Erdet Euch über die unteren drei Chakras

Seelenfamilie dennoch eure Anwesenheit hier. Fühlt die Freude darüber, fühlt den Trost des Wissens, dass alles, was hier auf der Erde geschieht, viel größer und bedeutungsvoller ist, als es im täglichen Leben manchmal scheint. Es ist eine Bewegung im Gange. Das Herzbewusstsein auf der Erde wächst. Durch all die Krisen und Herausforderungen hindurch erblüht etwas Neues, und ihr *gehört* zu dieser Strömung des Neuen dazu.

Bleibt hoffnungsvoll und optimistisch. Konzentriert euch auf euer eigenes Wachstum, euer eigenes Bewusstsein. So werdet und seid ihr die Samen des Lichts, die ein neues Zeitalter auf der Erde ankündigen.

Ich danke euch allen und grüße euch von Herzen. Ich bin mit euch verbunden.

Siehe zu diesem Channeling: [Vorwort und Meditation von Gerrit Gielen](#)

Channeling: © [Pamela Kribbe](#)

Übersetzung: Yvonne Mohr, <https://www.lichtderwelten.de/index.php/geistige-welt/channelings-anderer/pamela-kribbe/maria-magdalena--erdet-euch-ueber-die-unteren-drei-chakras>

Licht der Welten