

# Meditation...

...um das Unterbewusstsein von Schuld zu reinigen

- Sitze entspannt in einfacher Haltung, die Wirbelsäule ist gerade, das Kinn leicht eingezogen.
- Die rechte Hand liegt auf Höhe des Herzzentrums in der linken, beide Handflächen zeigen nach oben.
- Die Arme sind leicht vom Körper abgehoben.
- Denke nun an jedes Jahr deines Lebens und bitte Gott, jeden Fehler, den du begangen hast, zu bereinigen.

**Dauer: offen**

Wenn du die Vergangenheit in die Zukunft bringst, dann erschaffst du Probleme. Solange du Schuldbewusstsein hast, kannst du dich nicht verbessern. Was ist Sünde? Sünde bedeutet, einen Block im Unterbewusstsein zu erschaffen oder zu halten.

Die meisten Menschen tragen einige ihrer vergangenen Handlungen als Schuldgefühle in sich. Dadurch werden auch ihre Handlungen und Beziehungen in der Gegenwart beeinflusst. Diese Meditation hilft, diese Last zu bereinigen.  
5. Oktober 1972

