



Gaia Essenzen aus dem Herzen der Erde
von

BRITTA BRANDT

„Lerne in **5 magischen Schritten** die **Sprache**
deines Herzens wahrzunehmen!“

**Gaia Essenzen aus dem Herzen der Erde, die das Tor zu Dir selbst weit
öffnen, dienen Dir als energetische Lichtpforte.**



In diesem magischen Leitfaden wirst Du von Gaia, Göttin der Erde und den Gaia Essenzen geführt. Sie bringen Dich wieder in die **Verbindung zu Dir selbst**. So darfst Du Dich in der Tiefe noch besser kennenlernen. *Die ersten Worte und Bilder die Du empfängst, werden Dich in Deinem Herzen berühren. Vielleicht sogar mehr als alles bislang erlebte.*

**Ich freue mich, das Du den Weg zu mir und
meinen Gaia Essenzen gefunden hast.**

Lehne Dich entspannt mit einer Tasse Tee zurück. Du kannst mit der Übung beginnen, die für Dich die größte magische Anziehungskraft hat. Es gibt kein richtig und kein falsch. Mache Dich frei von das Muss so sein!



Mit der tiefen Verbundenheit zur Erde, findet Dein Herz Ruhe und Frieden.

Drei Gaia Essenzen stellen sich vor. *Die mit der Du in Resonanz gehst ist das, wonach Dein Herz am stärksten ruft.* Ihre Kurzbeschreibung ermöglicht es Dir, das dringlichste Thema zu sehen und wahrzunehmen. Gehe Schritt für Schritt in die sanfte Veränderung. Dein Herz führt Dich sicher - glaube daran.



Gaia Essenz Lichtblaue Kristallrose

♥ Öffnet das Tor zu Dir selbst.

Eine Verbindung die es Dir leichter macht in Dein Inneres einzutauchen und Deine Mitte zu stärken.

Erlaube Dir wieder liebevolles zuzulassen.

Mit der tiefen Verbundenheit zur Erde, findet Dein Herz **Ruhe und Frieden**.
Erinnere Dich an Einssein, Glück, Freude und Leichtigkeit.



Gaia Essenz Lichtklang

♥ Deine Herzenergie pendelt sich auf den Herzschlag der Erde ein. **Bedingungslose Liebe** fließt über diese Verbindung von Herz zu Herz zu Dir. Fülle Dich damit auf.

Du wirst verbunden mit der Erde und dem Himmel. Das gibt Dir Stand und Aufrichtung. Gestalte Dein Leben im Sinne der Natur und zu Deinem eigenen Wohl, so wie es für Dich einzigartig ist.



Gaia Essenz Lichtgold

♥ Stärkt das beständige Fließen Deiner Energie, die Dich im lebensnotwendigen Rhythmus unterstützt. Was auch immer Dein Herz fest umklammert, verkrampft und gefangen hält, darf sich sanft lösen.

Forsche warum Dein Herz aus dem Takt geraten ist, damit **Dein Leben einen neuen Sinn erhält**.

Du bist verbunden, vertraue.

Jetzt geht es endlich richtig los:)

Du hast nun die Möglichkeit, mit Deinem Herzen zu kommunizieren. Setze Dich an einen Platz Deiner Wahl, der ruhig und angenehm für Dich ist. Die für Dich passende Gaia Essenz, dient Dir als Lichtpforte oder auch Toröffner. Sie hält Deine Schwingungsfrequenz während den Übungen auf einem hohem Level. Rufe sie so, wie es Dir gerade einfällt. Alles ist richtig, nichts ist verkehrt. Das ist das eigentlich Leichte daran.

Dein magischer Schritt 1

An einem Tag Deiner Wahl begibst Du Dich in die Natur, an einem Platz der Ruhe und Zufriedenheit.



Atme dreimal tief ein und aus und strecke und recke Dich dabei, lass Deinen Gedanken freien Lauf.

- Was begegnet Dir in Deinem Inneren?
- Was genau denkst Du gerade?

Wenn Du die Umgebung genießt und wunderbar entspannt bist, ist alles gut. Sollte das nicht der Fall sein, mache jetzt folgende Übung:

Stell Dich hin, ausgerichtet nach der Sonne, auch wenn sie im Moment nur ein wenig hinter den Wolken zu sehen ist.

Schließe nun die Augen, konzentriere Dich nur auf die Atmung und sage nun Folgendes: "Ich bin geschützt an diesem Ort."

Lass jetzt zu, dass Gaia, die Göttin der Erde ein Lichtgitternetz um Dich legt, sodass Du in der nächsten Zeit geschützt und ungestört bist.

Gaia spricht zu Dir:

“Liebes Menschenkind, es ist an der Zeit, Dein Potenzial zu 100 Prozent zu öffnen. Bleibe dabei ruhig und in Deiner Kraft stehen, vertraue.

Du bist damit an das universelle Wissen der Quelle über Deinen Herzraum angeschlossen, alle Verbindungen zu Neuem und Unbekanntem sind

Dir hiermit zugänglich.

Probiere es am besten gleich einmal aus.

Stell Dir Fragen, die Du geklärt haben möchtest, sei es zu Deiner jetzigen Situation oder zu Schritten für Deinen weiteren Lebensweg.

Erlaube Dir, die Informationen jetzt zu hören, zu sehen oder zu spüren.

Alles, was Du zuerst in Deinen Gedanken hast, sind die Antworten auf Deine Fragen. So kannst Du nach und nach alles für Dich lösen, es ist alles in Dir.”

Dein magischer Schritt 2

Genieße die Zwiegespräche mit Dir.

Dein Geist, Dein Körper und Deine Seele und Dein Herz wissen genau, was jeweils gut und richtig für Dich ist.



Sei neugierig und begeistert dabei, freue Dich über jede Silbe und über jedes Bild, das vor Dir auftaucht. So wächst nach und nach der Text in Dir und das Bild wird zu einer ganzen Geschichte oder zu einem Film.

So bist Du Meister in Deinem Haus und nichts kann Dich mehr so schnell aus der Fassung bringen. Erlaube Dir nun, wann immer Du es möchtest und so tief wie Du es willst, Informationen zu Dir zu erhalten.

Damit hast Du einen riesigen Schritt in eine Richtung gemacht, die sowohl Abenteuer als auch Selbstheilung bedeutet.”

Der Schlüssel reiner Informationen liegt an einem Ort, der so beschaffen sein sollte, dass Du Dich wohlfühlst und Vertrauen in Dich selbst hast. Ein bisschen Mut gehört wohl auch dazu, da Du in immer tiefere Schichten Deines Wesens eintauchst.

Höre Dir alles an. Experimentiere damit, bis Du ganz natürlich damit umgehen kannst. **So wird das Gespräch mit Dir selbst bald so leicht sein wie eine Unterhaltung mit Deinem besten Freund oder Deiner besten Freundin.**

Dein magischer Schritt 3

Herzübung



Denke an Dein Herz. Fühle, wie es pumpt, regelmäßig, kraftvoll und ohne Pause.

Frage Dein Herz, ob es Dir etwas übermitteln möchte.

Achte auf jede Winzigkeit.

Notiere Dir diese Angabe, sodass Du sie jederzeit wieder einsehen kannst. Das gibt Dir Vertrauen in Deine Informationen.

Es wird Dir unter anderem mitgeteilt, warum Du zum Beispiel

Druck, Trauer oder ein Gefühl des Alleinsein spürst. Denn es gibt einen Auslöser. Du wirst Zusammenhänge begreifen können und dadurch Dich und Deinen Körper besser kennenlernen.

Bei Ängsten, Sorgen oder anderen negativen Gedanken bitte darum, diese direkt aufzulösen. Das geschieht sofort, wenn Du bereit bist loszulassen.

Über den tiefen Atem gelingt es Dir, in tiefere Schichten zu gelangen.

Atme tief und sage laut: "Ohne Angst und Druck darf sich mein Herz öffnen. All das, womit ich es selbst verschlossen hielt, darf sich nun lösen. Ich gebe die Erlaubnis dazu."

Atme nochmal tief ein und aus und spüre oder schaue, was vor sich geht. Lass Dir dazu genügend Zeit. Solltest Du hier irgendwo hängenbleiben, sage: "Bitte löse meine Ketten, meine Verbindungen dazu jetzt vollständig auf." Das erleichtert die Übungen enorm.

Dein magischer Schritt 4

Schaue nun etwas tiefer in Dein Herz.

Was findest Du da?

Lass Dir hier ausreichend Zeit. Gaia ist bei Dir. Es kann Dir nichts passieren.

Übung um Deine Schwingung weiter zu erhöhen



Nehme einen schönen Stein Deiner Wahl zur Hand und halte ihn für einen Moment in die Sonne, damit er sich Dir Energie geladen zuwenden kann. Wichtig ist, dass Du ihn dabei in der Hand behältst.

Atme tief und bewusst ein und aus an drei Tagen hintereinander.

Sammele schöne Blätter aus dem Wald, weit weg vom Straßenverkehr. Nehme etwas Erde mit. Lege Deinen Stein auf die Blätter und bedecke ihn mit Erde ab. Lasse ihn drei Stunden an einem sonnigen, geschützten Ort liegen. Nach dieser Zeit erde Dich bewusst, nehme den Stein ohne die anderen Dinge in die Hand und zentriere Dich mit dem Atmen dreimal.

Halte nun den Stein in die Sonne und sage dabei: "Gaia, tanke auf diesen Stein, er ist mein Begleiter in dieser Zeit, sodass mir die Energie und die Schwingung zuteil wird, die mich schützt und mir die Kraft und Stärke gibt.

Halte nun den Stein nacheinander an Dein Herz und Deinen Kopf, lasse die hohe Energie in Dich hineinfließen.

Zur Unterstützung trage den Stein bei Dir. **Wichtig!** niemand darf diesen Stein berühren, sonst aktiviere ihn genauso wie zuvor, da die Energien sehr feinfühlig und nur auf Dich abgestimmt sind.

Dein magischer Schritt 5

Ein weiterer Schlüssel ist die Selbstliebe

Nimm Dir ein Stück Papier und einen Stift.



Schreibe alles auf, was Dir an Deiner Person gefällt.

Beispiele wären Deine schönen Haare, Dein liebevolles Herz, Deine Gesundheit, Dein Witz und so weiter. Lass Dir dafür reichlich Zeit.

Nimm dann ein weiteres Blatt Papier und schreibe nun auf, was Dir nicht gefällt an Dir. Nimm Dir auch hierfür Zeit.

Fällt Dir etwas auf ?

Das Blatt, das Du zum Schluss gefüllt hast, ist viel voller als das andere. Genau das ist es, was Dich womöglich eingeschränkt. Deine Aufgabe ist es nun, die auf dem zweiten Blatt notierten Schwächen so umzuformulieren, dass sie genauso auf Deinem Blatt der lebenswerten Stärken stehen könnten.



Hierfür brauchst Du eine Zeit der Ruhe und der Entspannung. Zünde eine Kerze an, höre dabei Deine Lieblingsmusik und fange nun an.

Diese Übung ist besonders wichtig für Dich, da Du so alles veränderst, was in Dir festhängt und Dich unbeweglich macht.

Sobald Du alles geändert aufgeschrieben hast, verbrenne das Blatt mit den Schwächen. Danke zuvor für den Hinweis, wo Veränderung in Dir notwendig war und ist, und verabschiede Dich von dieser schweren Seite in Dir. Atme dabei tief ein und aus, so lange, bis Dein Körper entspannt und Dein Herz ruhig ist.

Nimm nun den Zettel, den Du neu geschrieben hast, und schaue, ob alles stimmig und positiv formuliert ist.

Lies danach jeden einzelnen Punkt laut vor und atme ihn tief ein in Dein Bewusstsein. Je öfter Du das machst, umso leichter geht es Dir damit

und mit Dir selbst. Immer wenn etwas Negatives in Deinen Sinn kommt, schreibe es auf, wandel es um und gehe so vor wie eben beschrieben.

Diese Form der Veränderung, des Loslassens setzt einen Prozess in Dir in Bewegung. Er ist so groß und so wirksam, dass Dein Blickwinkel auf Liebe und Vertrauen in Dich selbst verändert wird.

Lass Dich durch nichts und niemanden davon abbringen!

Hier ist noch ein Bonus Schritt für Dich:)

Nimm nun noch folgende Dinge an:

- Mut und Zuversicht für die kommende Zeit.
- Ausschalten Deines »Denkers«, wenn Dein Herz sprechen möchte.
- In Liebe und Licht geschützt zu sein.
- Frei zu sein im eigenen Denken.



Du bist der Spieler in Deinem eigenen Haus und nur Du stellst die Spielregeln auf.

Also schreibe sie neu und beginne so das Leben, das Dir Glück und Leichtigkeit gibt.

Du wirst sehen, Deine körperlichen Symptome lösen sich immer mehr auf, je tiefer Du in Deine Gedankenwelt und Dein Herz eintauchst und direkt loslässt, was Dich gerade daran hindert, einen schönen und ausgeglichenen Tag zu leben.

Das sind die Energien der neuen Welt, der neuen Zeit.

Sie sind alle schon da und stehen für Dich bereit. Nichts daran ist schwierig, es ist für Dich ganz leicht umsetzbar.

Nur Deine Bereitschaft und Deinen Glauben braucht es für die Umsetzung, das ist alles.

Sei in Liebe zu Dir und zur Natur. So geht alles wie von selbst und Dein Tag wird sich beschwingt und sonnig anfühlen.



Meine innere Stimme zeigt mir heute einen neuen, leichteren Weg

Auf diesem Weg des Erforschens meines Selbst, begegneten mir Helfer aus der geistigen Welt und später Gaia Mutter Erde, die mich seitdem tatkräftig unterstützen.

Die Botschaften aus dem Herzen der Erde, haben mir einen Einblick in die faszinierende Welt der inneren Heilkraft gegeben.

Übrigens, ich bin 52 und habe einen 23 jährigen Sohn. Lebe in einem Haus mitten in der Natur.

Dein Zugang zur inneren Kraftquelle,

zeige ich Dir gerne mit Spaß und voller Vertrauen. Darüber kommen Deine schmerzvollen Themen in die Heilung, das hilft Deinem Körper beim Regenerieren. Dein Herz darf sich behutsam dem Neuen öffnen. Endlich angekommen im Frieden mit Dir selbst, fängst Du an in Freude Deine Einzigartigkeit zu leben.

Meinem Gefühl nach braucht unser Körper im Moment sehr viel Raum zum Verarbeiten der intensiven ständigen Veränderungen, gerade jetzt.

Du bist verbunden, vertraue.

Ich freue mich von Dir zu lesen. Schreibe mir dazu einfach auf diese E- Mail:)

Übrigens, hier findest Du die [Gaia Essenzen](#). Eine persönliche Botschaft die Dich im Herzen berührt und stärkt lege ich gratis dazu. Darüber hinaus bekommst Du eine ausführliche Anleitung, wie Du die Gaia Essenzen anwendest.

Vielen Dank, dass Du mir Vertrauen schenkst und den Weg Deines Herzens gehst.

In Verbindung mit Dir Britta

PS: Super Bonus - Du darfst Dich jetzt schon auf weitere magische Schritte, in der Kommunikation mit Deinem Herzen, freuen.

© Britta Brandt