

# Meditazione

## *Guarigione e supporto a Madre Terra*

[www.animaceleste.it](http://www.animaceleste.it)

- Rilassati e chiudi gli occhi. Fai dei respiri profondi, e a ogni respiro butta fuori tutti i pensieri e le energie disarmoniche. Continua fintantoché la tua mente e i tuoi pensieri non si saranno placati.
- Quando arrivi a uno stato di profondo rilassamento, visualizza davanti a te il tuo paesaggio preferito o un paesaggio che ti dona uno stato di tranquillità e profonda armonia.
- Cerca in questo paesaggio uno spazio dove poterti sdraiare o sedere (a tuo piacimento), crea attorno a te una bolla di luce bianca iridescente. Ricorda sei avvolto e protetto, niente e nessuno può penetrare né molestare: questo è il tuo Spazio Sacro.
- Visualizzati ora mentre radichi e affondi le tue radici di Luce all'interno di Madre Terra, scendi sempre più giù fino ad arrivare al suo Cuore di Cristallo e connettiti con esso. Visualizza ora un raggio di luce bianca che parte dalla sommità del tuo capo e tramite questo raggio connettiti al Campo Quantico Universale di Padre Cielo.
- Ora che sei connesso a Madre Terra e a Padre Cielo, accogli le energie di Riequilibrio, Guarigione e Amore che arrivano a te... osserva ora il tuo corpo riempirsi di Luce e mentre sei in questo stato di beatitudine:

**Visualizza dallo spazio Cosmico la nostra amata Madre Terra, osservalo e avvolgilo di Luce Bianca Purissima. Continua affinché tutta la sfera sarà avvolta di Luce, il nostro pianeta ora è totalmente splendente e brillante.**

**Alla sua sommità visualizza le parole sotto elencate. Man mano che le visualizzi, disgregale come fossero polvere di stelle, contestualmente esprimi l'intento di incorporare all'interno del suo DNA interdimensionale e dei suoi cristalli energetici le energie annesse.**

- GUARIGIONE
- PACE
- EQUILIBRIO
- COMPASSIONE
- COMPRENSIONE
- EQUITÀ'
- LIBERTÀ'
- GRATITUDINE
- ILLUMINAZIONE

**Visualizza ora Madre Terra sempre avvolta nel fascio di Luce ed osservane l'immediata guarigione. Visualizza l'assenza di problemi, tutto è già risolto, non pensare o analizzare la risoluzione semplicemente visualizzate Madre Terra in quest'ottica:**

- Il verde è rigoglioso ed incrementato su tutto il pianeta
- L'aria è sana e pura
- Gli Oceani, i mari e tutti i corsi d'acqua sono puliti e cristallini
- Ogni forma di inquinamento è totalmente sparita
- Il regno animale è sano, ripopolato, totalmente libero e protetto
- Il regno vegetale è risanato, rinvigorito e pieno di vita
- L'Umanità è totalmente in pace e in armonia
- Rispetto, Amore, Equilibrio ed Equità sono le uniche leggi su cui poggia tutto il sistema

**Infine prima di rientrare dalla meditazione, visualizza in tutto il suo splendore il Fiore della Vita. Avvolgi ora Madre Terra con questa figura geometrica Sacra, avendo cura che tutto il pianeta sia avvolto in ogni singola parte.**

**Ringrazia ora Madre Terra e Padre Cielo per l'amore e la protezione che ti hanno donato durante tutto il percorso meditativo e andando a ritroso rientra dalla meditazione e pian piano ritorna al qui e ora.**

