

Herbstakademie mit Hilarion - Teil 2 von 3

HAUSAUFGABE

Teil 1

Erschaffe irgendwo in deiner Wohnung, in deinem Garten, auf deinem Balkon oder in einem Blumentopf **ein kuscheliges Plätzchen für deinen Naturwesenfreund, deine Naturwesenfreundin**. Dorthin bringst du deine **(energetische) Gabe**, das was sie/er gerne möchte. Tu das wirklich grobstofflich, das ist sinnvoll, denn es gilt manchmal auch Materie zu bewegen.

Dann bitte ich dich, dich immer wieder mit deiner Freundin zu verbinden und mit ihr zu reden, wie du mit einer Freundin reden würdest. Abends, bevor du dich schlafen legst, erzähle ihr alles davon, was du erlebt hast und was am Tag vorgefallen ist und bitte sie vielleicht um ihre Unterstützung und vielleicht auch umgekehrt. Höre ihr/ihm zu so als wäre es eine gute Freundin, ein guter Freund. Eine Freundschaft will gepflegt werden, da braucht man Zeit dafür.

Nimm dir also täglich eine kurze Zeit für diesen Austausch mit deiner neuen Freundin, deinem neuen Freund für vielleicht 5, 10 oder 15 Minuten am Tag und mache das zu einem fixen Punkt in deinem Alltag.

Teil 2

Eine sehr wichtige Aufgabe und ich möchte euch gerne bitten, diese noch über die Akademie hinaus zu machen.

Ich, Hilarion bitte dich um nur **8 Minuten** an jedem Tag deines Seins für folgende 2 Übungen:

1. Übung: 5 Liebes-Minuten

Setze dich hin, wo auch immer du ungestört bist, atme bewusst ein und aus und werde weit. Visualisiere das Symbol für dieses

ICH BIN GELIEBT

Fühle vielleicht die Großartigkeit deiner Seele und den Inkarnationsengel in deinem Herzen, wie diese Energie von ICH BIN GELIEBT zu dir ausgestrahlt wird oder vielleicht siehst du auch nur das Symbol.

Bitte stelle dir am Anfang eine Stoppuhr, damit du die Zeitfrequenzen verinnerlichen kannst **und in diesen 5 Minuten bitte kein anderer Gedanke.**

2. Übung: 3 Dankbarkeits-Minuten

Schenke mir bitte noch 3 weitere Minuten deiner kostbaren Zeit.

Von diesen 3 Minuten, die auf die 5 Liebes-Minuten folgen:

Sei bewusst dankbar für alles, was dir einfällt

Sei dankbar für deinen Körper, deine Schmerzen, dein Leben, dein Essen, deine Haustiere, deine Freunde, dein Auto, dein Haus, dein Land, die Menschen um dich herum, die Naturwesenheiten, die Engel, das Buch welches du gerade liest...

Bitte wieder eine Uhr stellen und 3 Minuten Dankbarkeit zelebrieren.

Diese 8 Minuten bitte ich, Hilarion täglich dringend durchzuführen, mindestens jedoch für 3 Monate.

Wenn du dann keine essentielle Veränderung in deinem Leben bemerkst, dann kannst du mit der Übung wieder aufhören ;) Das wird aber nicht der Fall sein und 8 Minuten wirst du sicherlich für mich übrig haben, das hoffe ich doch sehr!

Wunderbare Übungen - viel Freude dabei :)

