

## DEINE ESSENZ

Wenn du deine Essenz wie angegeben einnimmst, hält sie circa 3-4 Wochen. Bei Verschütten oder zu schnellem Verbrauch melde dich bitte für einen Ersatz.

**Nimm 3x täglich jeweils 3 Tropfen mit einem Glas Wasser: Wenn du aufstehst, bevor du zu Bett gehst und irgendwann tagsüber, zum Beispiel nachmittags.**

---

### **Deine Essenz : Inner Silence – Innere Stille**

**Gruppe:** Spirituelle Weiterentwicklung

**Note:** Innerer Frieden

**Das Spirituelle:** Die Innere Stille ist, wo man die Zeichen empfängt und die Botschaften hört. Innere Stille ist, wo du Gott über dein Höheres Selbst und durch Guidance zu dir sprechen hörst. Wenn du in der Inneren Stille verweilen kannst, dann wirst du hören; dann wirst du empfangen.

Bei der Inneren Stille geht es darum zu den tiefen Plätzen zu gehen, von denen Guidance hervor kommen kann. Manchmal mag die geistige Führung von außen, manchmal innerlich sein, aber solange du die Botschaft innerhalb der Guidance nicht sehen oder wahrnehmen kannst, wirst du dich auch nicht leicht auf deinem Weg ins Licht weiterentwickeln.

Diese Essenz wird dir helfen jenseits des Geschnatters der äußeren Welt zu gehen. Wenn du beginnst, über diesen Raum hinaus zu gehen, dann kannst du erfassen, wieviel Lärm einfach um dich herum ist. Sogar in einem stillen Wald, in dem sich nichts bewegt und niemand spricht, ist viel Lärm. Es herrscht der Lärm des Lebens, die elektro-magnetischen Wellen von allem, was auf der Erde um uns herum lebt. Sogar die elektro-magnetischen Geräusche deines eigenen Lebens!

**Das Physische:** Lass uns das Physische als das betrachten, was mit Instrumenten gemessen werden kann. Genauso wie es elektromagnetische Signaturen des lebenden Planeten und all seiner lebenden Formen gibt, gibt es ebenso Signale, die in diesen modernen Zeiten überall um uns herum generiert werden und es ist diesen Signalen möglich, den Empfänger deines eigenen inneren Seins durcheinander zu wirbeln.

Zum Beispiel Mikrowellen-Sender, Radio- und Fernseh-Sender – alle senden hochfrequente Strahlung aus, die sich fast überall verbreitet. In unseren Häusern, Büros und Geschäften sind ebenso überall elektromagnetische Geräte um uns herum, besonders die Beleuchtung über unseren Köpfen und die Verkabelung unter unseren Füßen. Dann gibt es Hintergrund-Strahlung von infraroten, ultravioletten, Röntgen- und kosmischen Strahlen, die alles durchdringen. All diese unterschiedlichen Frequenzen tragen zum ‚äußeren Lärm‘ bei. Unsere Aura ist der einzige Abwehrmechanismus gegen diesen Ansturm und manchmal ist es einfach ein bisschen zu viel für unser Energiesystem. Je mehr du auf dein eigenes Selbst eingestimmt bist, desto sensitiver wirst du und desto mehr können diese Signale deine eigenen feinen Schwingungen beeinträchtigen.

Diejenigen, die unter akuter Sensibilität leiden oder Lichtarbeiter und Heiler können wegen ihrer Sensitivität oder ihren feinen Grad der Einstimmung empfänglicher für Störungen von ‚äußeren Lärm‘ sein als die meisten anderen Menschen. Dies bedeutet nicht, dass wir uns die ganze Zeit davon abschotten müssen, tatsächlich wäre das auch ganz unmöglich, aber es ist wichtig für uns zu verstehen, dass zu bestimmten Zeiten die Interferenzen mehr sein können, als wir brauchen.

Gelegentlich müssen wir nach innen gehen um die wahren Antworten für unsere Leben und Lebensaufgaben zu finden und genau zu diesen Zeiten kann die Essenz hilfreich sein.

**Dem Lärm zuhören:** Diejenigen mit elektromagnetischer Sensitivität sind sich sehr bewusst darüber, was äußerer Lärm verursachen kann. Für diejenigen, die sich darüber unsicher sind, ist ein Beispiel, wie man vielleicht feststellen kann, ob äußerer Lärm auf extreme Weise in dein Sein eindringt, zu versuchen, für eine Weile still zu sitzen. Wenn du feststellst, dass es zu viel innere Ablenkung oder sogar Reizbarkeit gibt, dann könnte dies durch Penetration von äußerem Lärm verursacht sein. Ein anderer guter Weg, dies festzustellen ist, wenn du zu Bett gehst und merkst, dass dein Einschlafmuster sich verändert hat oder gestört ist; wenn du feststellst, dass du dich hin- und herdrehst und nicht zur Ruhe kommst ist dies oft eine weitere Indikation. Natürlich kann es auch andere Gründe geben, wie Geopathischen Stress, der ebenfalls von elektromagnetischer Strahlung hervor gerufen wird. Aber was du tun kannst, ist, für einen Moment innezuhalten und dir die Frage zu stellen, ob du gerade erheblich von äußerem Lärm beeinträchtigt wirst?

**Disharmonie:** Was du dir hier vorstellen musst, ist, dass dein eigenes Sein eine Masse an elektromagnetischen Signalen ist, die auf vielerlei Ebenen in dir kommunizieren. Wenn etwas des Weges kommt und diese Botschaften durcheinander bringt, dann geht deine innere Harmonie verloren. Stell dir dies wie eine Klaviersaite vor, die gespielt wird, aber wo alle einzelnen Noten verstimmt sind und darum nicht in Resonanz miteinander schwingen oder miteinander in Harmonie schwingen. Der Klang wäre verstimmt. Genauso ist es, wenn deine inneren Saiten von äußerem elektromagnetischem Lärm aus ihrer natürlichen Schwingung gebracht werden, dann wird auch dein eigener Rhythmus verstimmt. Das Ergebnis ist innere Disharmonie und Reizbarkeit, Mangel an Wahrnehmung und Rezeptivität.

**Natürliche Reinigung:** Ein weiteres Phänomen, dass vielleicht einen Effekt auf dich haben kann, ist der Zeitraum um die Tagundnachtgleichen und Sonnwenden herum, besonders, wenn wir einen großen Mond nahe der Erde haben. Wenn der Mond voll und nahe an der Erde ist, zieht er auf vielfältige Weise an dir um einen natürlich Entgiftungs- und Reinigungsprozess zu beginnen. Der Zeitraum zwischen der Herbst-Tagundnachtgleiche und dem darauf folgenden Vollmond ist eine Zeit, in der die Schleier zwischen den verschiedenen Realitäten dünn sind. Zu dieser Zeit kann der Einfluss von Interferenzen, verursacht durch äußerer Lärm, zu stark sein. Es war am Vorabend eines solchen Vollmondes, an dem diese Essenz empfangen wurde.

**Schutz:** Wenn du auf irgendeiner Ebene sensibel gegenüber hochfrequenten elektromagnetischen Kräften bist, seien sie natürlich oder menschengemacht, wird die Essenz der Inneren Stille dir helfen, dich abzuschirmen und zu beschützen. Sie errichtet eine Schutzwand in deinem Energiefeld um die unerwünschten Signale zu verdünnen, zu entkräften und zu reflektieren, während sie deine natürlichen Schwingungen über spirituelle Mittel harmonisiert. Dies ermöglicht dir, nur dein eigenes Leben und deine Themen zu prozessieren. Sie ermöglicht dir, in Einklang mit deinem inneren Sein zu stehen auf eine Art und Weise, die Klarheit und Sicherheit bringt, wenn du versuchst, auf die Guidance zu hören, um deinen Weg zu erforschen und zu bestimmen.

Zu Zeiten von erhöhter Verletzlichkeit und Empfindlichkeit kann dir diese Essenz helfen, dich durch den Inneren Frieden der Inneren Stille an den Ort deiner Inneren Sicherheit bringen.

Friede sei mit dir.  
David Ashworth

*Übersetzung: Yvonne Hrdy,  
Älteste der Emerald Heart  
School of Enlightenment*

**Bitte nimm diese Essenz bis das Fläschchen leer ist.**