



Sekretariat MIN-I.L.I.T.  
Ozean des Lebens – Werkstätten der Wandlung

Ihr lieben Freundinnen und Freunde,

Ich grüße Euch alle sehr herzlich und wünsche Euch  
Gesundheit, Mut und in Allem gutes Gelingen.  
Euer Shin

Auch in schweren Zeiten gibt es immer kleine oder große Vorkommnisse  
und Ereignisse, welche Freude, Erstaunen, Mut und stilles Glück erwecken  
und bescheren. Diese wichtigen Momente sollten froh, wach und dankbar  
angenommen werden. Denn es sind wohltuende, ja heilende Geschenke für  
Seele und Leib.

Ich rufe Euch immer wieder herzlich zu :

„Sucht nun mehr denn je zu verstehen, was das wirklich Wesentliche im  
Sein und Werden, im Leben und Streben, im Erben und Erwerben ist.“  
Das, was wirklich wesentlich ist, wird Euch ewig - immerfort Glück -  
bringend begleiten. Lasst das Unwichtige in achtsamem Gleichmut stehen.  
Wendet Euch jenen Qualitäten zu, welche die Menschen immer wieder  
erhoben, gesichert und gestärkt, ja bewahrt haben.

Was ich Euch hier diesmal zusende, ist in der lebendigen  
Lehre oft erklärt und gepflegt worden.

Allen soll's gehören. Alle, die sich noch ganz neu damit beschäftigen  
wollen, dürfen die Begriffe erst einmal vorstellen : z.B.  
Goldener Glanz / Heller Stern.

Freier Frieden walte auf Erden !  
Licht, Liebe, Leben !  
Freier Frieden walte auf Erden !

- 1.a Der Lichtstrahl ! Der Liebesbund ! Das Reich des Lebens  
Schaffe Dir etwas Raum und Zeit, um zur Ruhe zu kommen.

Meditative Erweckung nach den Geheimnissen der Lichtgestalt.

- 1.b Erinnere Dich Deines Wahren Wesens, das Du ewig bist ! -  
Erwecke neu Deinen diamantenen Strahl,  
der sich immer senkrecht in Deinem Leib erhebt,  
von Deinem Damm leuchtend hinauf durch das Haupt  
bis in die höchsten Höhen des Alls.

Richte Deinen Körper gut auf. Erspüre die Spannung.

Erspüre das Haupt und sammle Dich in der Hauptesmitte.

Denke, erschau und erspüre da im Innern des 'Tempels'  
einen allerfeinsten brillant-strahlenden Punkt im Dunkeln.

-> Deinen ewigen Stern des 'Göttlichen ICH-BIN.'

Es ist der Quell der 'Wahren und Wirklichen Wesensbewusstheit.'

Ohne diese Sammlung zu verlieren, versetze Dich in eine warm  
strahlende, durchsichtige Säule - bis zum Himmel. -

Erwecke und erlebe so die 'Säule der Herrlichkeit Gottes.' -

Sieh und erspüre, wie sie mit goldenem Licht ->

-> Deinen Leib umschließend,

sich unendlich in die Höhe erhebt.

Atme ruhig und strömend. Atme lauter Licht.  
Erspüre den Raum über Deinem Haupt.  
Lasse den Atem immer sanft ein- und ausströmen.  
Gleich einem stillen Seespiegel weitet sich da ein Glanz aus.  
Die feine Glanzebene dehnt sich aus nach allen Seiten. -  
Es geht ein spürbarer Puls, wie von einem Quell, über dem Haupt aus.  
Verweile im Gewahren dieser leicht pulsenden Glanzebene.  
Atme noch eine Weile sanft und leicht.  
Sei dabei achtsam gesammelt bei Deinem Stern im Haupt.  
Zugleich aber gebe Dich hin an die sich weitende Glanzebene.  
Verweile in diesem Zustand, nichts besonderes wollend.

Schließlich öffne Dich dem Folgenden :

- 1.c Nun schwebt ein weißgleißender Lichtvogel  
im goldenen Glanz über Dir, leicht, frei, beseeligend.  
Er schwebt im weiten Glanz über Dir,  
Seine sonnigen Flügel sind schützend, Freiheit während  
ausgebreitet. Und jederzeit, wann immer Du möchtest,  
kannst Du so innerlich die Verbindung zu diesem  
Wesen des Freien Friedens aufnehmen.  
Neu, immer frei neu.

Beende die Meditation, indem Du die Brustmitte warm  
erspürst und die beiden Hände auf dem Brustbein  
zusammenlegst. (5 bis 15 Minuten)



Des Herzens Segen !

ICH-BIN-BEI-EUCH

*Shin*