



# *Lichtmeditationen für die Seele*

von Dr. Ernestina S. Mazza



[www.akademiebios.at](http://www.akademiebios.at)

akademie bios® verlag

## *Lichtmeditationen für die Seele*

von Dr. Ernestina Sabrina Mazza

Als archetypisches Symbol betrachtet ist das Licht ein Ausdruck von Reinheit, des Göttlichen Geistes sowie der Transformation von Schatten in Helligkeit. Das Licht stellt für uns die Möglichkeit dar, Verbindung mit unserer göttlichen Natur aufzunehmen. Wir können einen tiefen Entspannungszustand erreichen, wenn es uns gelingt, Licht in unserem Unbewusstsein zu erzeugen. Bewirken wir dies mithilfe unserer Vorstellungskraft, so erreichen wir ein Gefühl der vollständigen Verbindung sowohl mit unserem Inneren als auch dem Universum. Wenn wir uns in diesem Zustand befinden, so führt uns die innere Reise, die wir mittels der CD sowie aufgrund der symbolischen und archetypischen Bedeutung des Lichtes antreten, auf einen bewussten Weg durch unterschiedliche Phasen und Stadien unseres Seins. Jede Stufe erlaubt es uns, uns durch die positive Kraft des Lichtes einer weiteren Ebene unserer Feinstofflichkeit gewahr zu werden. Die Seelenreise, die durch die CD ihren Anstoß findet, führt zur bewussten Wahrnehmung des eigenen Körpers sowie einer intensiven Reinigung der Organe und der zellulären Ebene samt der darin eingebetteten Informationen. Nach der lichtvollen und achtsamen



Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper wird der Reisende insbesondere zur Aktivierung seiner Chakren und Lichtkörper begleitet. Dadurch wird das spirituelle und feinstaubliche Potenzial jedes Chakras fühlbar. Ebenso können sich im Zuge der Wanderung zum Licht jedes Energiezentrum wie auch jede Auraschicht kraft der konzentrierten Aufmerksamkeit entfalten. Bewusste Meditation leitet uns zur Begegnung mit dem Licht unserer Seele und erlaubt die aufmerksame Wahrnehmung dieser seelischen Kraft sowie ihre Integration in unseren Alltag.

Diese CD will einerseits dazu einladen, sich daran zu erinnern, dass wir göttliche und lichtvolle Wesen sind und andererseits zeigen, dass unsere spirituelle Präsenz leicht in den Alltag integriert werden kann. Jeder Einzelne soll dabei unterstützt werden, sich an die eigene Einzigartigkeit und Gelassenheit zu erinnern und infolgedessen in die Kraft zu kommen.



*Dr. Ernestina Sabrina Mazza*



akademie bios® verlag



# Meditations-CD Reihe | *Seelenreisen aus der Mitte des Herzens* von Dr. Ernestina Sabrina Mazza

Diese geführten Meditationen begleiten unsere Seele zur Besinnung und erlauben uns wieder die Tiefe unserer Seele zu spüren. Sie führen uns durch die Erfahrung der Stille zu jenen kraftvollen, inneren Bildern aus der Mitte des Herzens, die wirkungsvoll im Unbewussten unsere innere Heilung begleiten. Diese Meditationen mit archetypischen Bildern und besonderer Musik erlauben uns, präsent, achtsam und im Herzen heil zu werden. Das Eintauchen in die Stille begleitet zur Selbsterkenntnis, gestaltet sich hierbei praxisnah und lässt sich leicht in den Alltag integrieren.



**CD 1** **CD 2**

Der Weg zur inneren Harmonie – 48 min.

Das innere Kind heilen  
60 min.

ISBN: 978-3-9503085-0-1

ISBN: 978-3-9503085-1-8

**EUR 9,-**

**EUR 9,-**



**CD 3**

Die heilende Kraft der Naturelemente – 72 min.

ISBN: 978-3-9503085-2-5

**EUR 9,-**



**CD 4**

Wandlung mit der Kraft des Herzens – 56 min.

ISBN: 978-3-9503085-3-2

**EUR 9,-**



**CD 5**

Lichtmeditationen für die Seele – 77 min.

ISBN: 978-3-9503085-4-9

**EUR 9,-**