

## Channeling meine Seele/mein höheres Selbst – Schlafstörungen

### Warum kann ich nicht einschlafen?

Nur damit du es weißt, du bist bereits so gut verbunden, dass du dich gar nicht mehr bewusst verbinden bräuchtest, die Intention reicht. Aber danke, dass du es trotzdem bewusst tust, und deiner Seele, deinem höheren Selbst, Aufmerksamkeit schenkst.

Zu deiner Frage: Nachts fühlst du dich den Sternen, deiner Sternenheimat näher, weshalb du zu dieser Zeit viele Upgrades von deinen Sternengeschwistern bekommst. Gleichzeitig machst du dir zu viele Gedanken, kannst nicht zur Ruhe kommen, Gedanken kreisen um Website, Tagesaktivitäten und Schlafprobleme selbst, weshalb du irgendwann Spannung in den Nacken bekommst. Dieser Energiestau zeigt dir die Verstandesblockaden an, dein Körper kommt wunderbar bei den Energieanhebungen mit. Gleichzeitig fehlt es dir aber auch immer noch an tiefer Erdung, die du, vor allem bei deiner hohen Schwingung, brauchst, um einschlafen zu können, um dich wohl, sicher und geborgen zu fühlen.

Das nächtliche Fühlen der Verbindung zu deiner Sternenheimat triggert auch verstärkt die unbewusst noch vorhandene Ablehnung dem menschlichen Leben auf der Erde gegenüber. Ingeheim sehnst du dich immer noch nach der Leichtigkeit deiner Sternenheimat, von der du glaubst, sie hier auf der Erde nicht haben oder leben zu können.

Öffne dein Herz für dein irdisches Leben, immer mehr, erde dich und mache dir bewusst, dass die Verbindung zu den Sternen immer da ist, egal ob Tag oder Nacht. Lass alles los, was dich im Mangeldenken hält, was alt ist und in der neuen Welt keinen Platz mehr hat. Denn du bist schon längst angekommen, es braucht nur noch alles fertig integriert zu werden. In der neuen Welt ist diese dir angeborene Leichtigkeit auch auf Erden wieder möglich. Auch, dich an Atlantis zu erinnern, könnte dir helfen.

Auch der Schwindel, den du erlebst, wenn du nachts wach bist, zeigt dir deine Flucht nach oben an, zeigt dir, dass du an Erdung verlierst. Oft bist du ja auch nicht richtig wach, nicht ganz da, schläfst aber auch nicht, dann bist du in Zwischensphären unterwegs.

Du verbindest die Nacht mit dem Übersinnlichen und Geistigen, den Tag mit dem Irdischen, deshalb werden dir nachts deine Themen bezüglich Abwehr des irdischen Lebens mehr gespiegelt. In Wahrheit ist es auch nur dein Kopf, der sich dagegen wehrt, dein Herz ist längst hier auf der Erde angekommen und weiß, dass deine Seele diesen Aufenthalt bewusst gewählt hat.

Weiterhin halten dich auch noch gewisse Kontrollthemen vom Schlafen ab, im Schlaf hat der Verstand keine Kontrolle mehr über die Seele. Nicht, dass er sie überhaupt jemals hätte. Die Seele möchte sich entfalten und frei sein, das ist das Brodeln, das du dann oft als innere Unruhe wahrnimmst.

Damit sein, einfach annehmen, vom Kopf ins Herz gehen oder noch tiefer in Körper mit der Aufmerksamkeit, Unterleib, Schoß, Beine, Füße. Bitte immer wieder darum deinen Erdenstern und deine Erdung fühlen zu können. Verbinde dich mit dem Geist und dem Herz von Mutter Erde, immer wieder, bis du es deutlich wahrnehmen kannst.

Sorge dich nicht, deine geistigen Helfer unterstützen dich. Alles ist im Gange, alles ist richtig, so wie es ist. Es ist ein Prozess. Dein Körper wird gerade neu eingestimmt, auf die Energien der neuen Zeit, und ja, deine Vermutung ist richtig: Du wirst mit deinem Körper Dinge tun und fühlen können, die andere Menschen nicht können, die diese herausfordernden Prozesse des Aufstiegs und der Frequenzanhebung nicht durchlaufen haben.

Verzweifele also nicht daran, dass dein Körper im Moment noch ist, wie er ist, auch das kann sich schneller auflösen und verändern, als du denkst. Wenn du die Blockade im Kopf auflöst, zum Beispiel, dass das Rausgehen, materielle und körperliche Leben mit Hilflosigkeit und Abhängigkeit zu tun hat. Erkenne das Leben als das Geschenk an, das es ist, und das Leben wird dir ein Geschenk machen.

Am 16. April 2022, in einer Vollmond-Nacht