**Transmutation News März, 2021**

Ich habe geteilt, dass Isis uns alle deutlich ermutigt, im Moment präsent zu bleiben. Sie sagt mir immer wieder, dass wir wichtige Hinweise und Informationen verpassen werden, die für unser Überleben entscheidend sind, wenn wir uns zu sehr darauf konzentrieren, was als Nächstes passieren könnte.

Vor Jahren habe ich eine Aussage geteilt, von der ich denke, dass sie es wert ist, wiederholt zu werden. Wenn Sie das Leben nicht verdauen können, können Sie auch Ihr Essen nicht verdauen. Wenn Sie sich die Regale in jeder Apotheke ansehen, sind die am besten bestückten Regale Magenmittel.

Wenn wir präsent bleiben, können wir kleinere Stücke des Lebens aufnehmen und verdauen. Und das entlastet einen Teil des Drucks, den man vielleicht empfindet. Das Leben wird einfacher und "verdaulicher", wenn wir lernen, präsent zu bleiben.

Am 20. März begrüßen wir die Frühlings- und Herbst-Tagundnachtgleiche. Es ist erstaunlich, wie ein Tag einfach in den anderen übergeht. Die Zeit bewegt sich so schnell - ein weiterer Grund, präsent zu bleiben und zu versuchen, die Schönheit des Lebens aufzunehmen.

Ich habe eine Zeremonie für uns aufgenommen, um die Tagundnachtgleiche zu begrüßen. Der Link ist unten. Für diejenigen unter Ihnen, die kein Englisch verstehen, werde ich die Zeremonie aufschreiben, damit Sie sie durchführen können. Ich habe eine Zeremonie zum „Kessel des Lichts“ ("Cauldron of Light") aufgenommen.

# Auf der Suche nach bereits geschriebenen Anleitungen habe ich meine Bücher „The Shaman's Toolkit“ und „Lichtvoll leben: Schamanische Impulse für jeden Tag“ durchgeblättert. Diese beiden Bücher sind voll von zeitloser Weisheit. The Shaman's Toolkit wurde für ein nicht schamanisches Publikum geschrieben. Aber dennoch enthält es alle Medizin für die Erde Praktiken, die ich lehre, ohne über Schamanismus zu sprechen. Mein Buch „Lichtvoll leben: Schamanische Impulse für jeden Tag“ ist eine wahrhaftige Zusammenfassung meiner Arbeit. Ich hoffe, Sie werden meine Bücher lesen!

Die Geister zeigten mir vor vielen Jahren die Zeremonie „Der Kessel des Lichts“. Es ist eine neutrale Art, eine Feuerzeremonie durchzuführen. Sie können eine alte Verletzung, eine Enttäuschung, ein Trauma, einen Treuebruch an das Licht loslassen. Sie können einen Brief an das Universum schreiben und ihn dem Kessel des Lichts geben. Sie können Ihre Wünsche äußern. Die Absicht, mit der ich gerne arbeite, ist das Loslassen eines alten Plans und die Bitte um Hilfe, das Gute im Leben einzubringen.

Erlauben Sie Ihrer Intuition, Ihnen die Bewusstseinszustände zu offenbaren, die Sie gerne geheilt haben möchten. Rufen Sie einen Ihrer helfenden Geister an, um Sie bei dieser Arbeit zu unterstützen. Und halten Sie die Absicht, zu einem großen Kessel des Lichts zu reisen.

Was ist Ihre Absicht? Haben Sie das Gefühl, vom Leben betrogen worden zu sein? Wer hat Sie enttäuscht? Gibt es Menschen, denen Sie verzeihen sollten? Müssen Sie sich selbst verzeihen? Erforschen Sie Ereignisse und Lebenssituationen, in denen Sie vielleicht enttäuscht wurden und nun in Ihrem Herzen Vergebung finden müssen. Welche Energien würden Sie gerne bereinigen und umwandeln?

Haben Sie jemanden mit Ihrem Verhalten oder Ihren Worten verletzt? Müssen Sie sich selbst verzeihen? Selbstvergebung ist extrem wichtig in den Zeiten, in denen wir leben.

Erlauben Sie Ihrem inneren Geist und Ihren Hilfsgeistern, Ihnen die inneren Bewusstseinszustände zu offenbaren, die untersucht, anerkannt und losgelassen werden müssen. Dies ist eine wichtige Zeit der Reinigung. Schauen Sie sich Verbindungen zu Menschen an, die Sie loslassen müssen. Lösen Sie Ihre Verbindung mit kollektiven Energien, die Ihnen nicht mehr dienen, so dass Sie jetzt frei sind, auf einer anderen Welle zu reiten.

Halten Sie einfach Ihre Absicht, zu einem großen Kessel göttlichen Lichts zu reisen, und Ihre Absicht wird Sie dorthin bringen. Erkennen Sie die Verbindungen an, die Sie loslassen müssen, Bindungen, die gelöst werden müssen, den Verrat, die Enttäuschungen, wem Sie vergeben müssen, und kollektive Energien, die Sie loslassen müssen. Geben Sie sie in das göttliche Licht frei, das ihre Kraft und Energie in Liebe umwandelt.

Sie sind nun frei von Energien, die Sie an eine dichtere Lebensenergie binden. Sie sind nun frei, auf einer anderen Welle zu reiten. Kehren Sie von dieser Reise zurück und erleben Sie sich leichter, unbelastet und frei.

Trennen Sie sich von dem, was nicht mehr funktioniert, führen Sie eine Zerstückelung durch, lösen Sie auf und entknoten Sie es. Dies ist eine kraftvolle Zeit, um Reinigungsarbeit zu leisten. Während sich verändernder Zyklen ist es so wichtig, zu reinigen und zu klären.

Weben Sie einen neuen Plan in Ihre innere Landschaft.

Bitte schließen Sie sich mir an, unseren Kreis in Liebe und Licht zu halten, während wir den Frühling in der nördlichen Hemisphäre und den Herbst in der südlichen Hemisphäre willkommen heißen.

Wir denken an unsere Vollmond-Zeremonie des Erschaffens eines menschlichen Netzes aus Licht.

Der Vollmond ist am 28. März. Lassen Sie uns aus den alten Blasen heraustreten, die unsere psychische Kraft in Schach halten, und lassen Sie uns unserem Licht erlauben, frei zu fließen und alles Leben und die Erde zu berühren. Diese Zeit auf dem Planeten ruft nach uns, um das Kollektiv mit bedingungsloser Liebe und göttlichem Licht zu nähren.

Wenn Sie eine neue Lesende der Transmutationsnachrichten sind, dann besuchen Sie folgende Webseite: <http://www.sandraingerman.com/weboflightdeutsch.html> , wo Sie sich über Anweisungen für unsere monatliche Zeremonie informieren können.

Frohe Tag- und Nachtgleiche! Frohes Äquinoktium!

Hier ist der Link, um die Tagundnachtgleiche-Zeremonie zum Kessel des Lichts anzusehen:

<https://youtu.be/ht6ttk4tOrw>

©Copyright 2021 Sandra Ingerman. Alle Rechte vorhalten.

Übersetzung Astrid Johnen

Announcements:

I am exploring teaching physical workshops again! I need to wait until people can travel again.

In the meantime:

I am still in love with working with Renee Baribeau on our weekly podcast The Shamans Cave. Join us by subscribing on [www.ShamansTV.com](http://www.ShamansTV.com).

And please help to support my work by buying or referring others to my books and audio programs. They are so helpful for our times. Walking in Light and The Book of Ceremony are filled with tools to help us stay on the path!

<https://www.sandraingerman.com/bookscds.html>

Due to the times we are living in I am sharing workshops that teachers I love and respect are offering. I wanted to let you know of the wealth of offerings.

During this exceptional time and the need for social distancing the teachers and practitioners I trained are offering virtual circles and courses and are adding more during this time. The circle link is <https://www.shamanicteachers.com/shamanic-circles/> We also have a section for online courses: <https://www.shamanicteachers.com/online-telephone-workshops>

During Discover Your Mythic Edge for a Life of Magic, Courage & Fulfillment: Catalyze the Archetypes in Your Nighttime Dreams & Synchronistic Moments to Live Your ‘Biggest Story’ with best-selling author and dream shaman Robert Moss, you’ll learn how to tap into the transformative energies of the mythic characters and images that emerge in nighttime dreams and visions, and can pop up in synchronistic moments in your waking life.

Register here to tap into the transformative energies of mythic archetypes in a guided journey with Raven, a Trickster and Creator, to seek wisdom and healing, and glimpse the past or future: <https://shiftnetwork.isrefer.com/go/meSI/ingerman/>

*Field of Blessings: Ritual and Consciousness* *in the work of Buddhist Healers*, by Ji Hyang Padma, describes the way that the healer’s field catalyzes personal and collective healing. It discusses the way that “biography becomes biology” through the chakras and endocrine system, and ways that ritual reconnects clients with an embodied wholeness.  And it looks at core ritual components of the healing process that can be identified across traditional cultures.

Copyright 2021 Sandra Ingerman. All rights reserved.