

# Gnostizismus

---



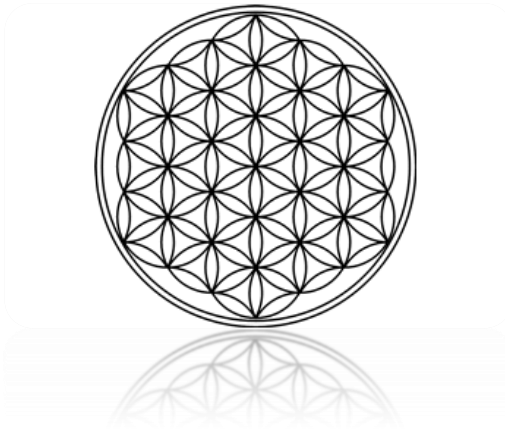
*E*s handelte sich hierbei um eine spirituelle, religiös-dualistische Welterklärung. Im Gnostizismus wurden christliche Glaubenssätze mit Glaubenssätzen altorientalischer, persischer, syrischer und jüdischer Religionen vermischt. Außerdem mit den Auffassungen antiker idealistischer Philosophien. Die Gotteserkenntnis sei letztlich eine Sinne und Verstand überschreitende rauschhafte, ekstatische Vereinigung mit dem Göttlichen, die Rückkehr alles Seienden in den göttlichen Urgrund. Der Gnostizismus ist eine Mischung von philosophischen, mythologischen und magischen Vorstellungen und widerspiegelt in seinen denkerischen Entwürfen die religiöse und spirituelle Neuorientierung.

Dieses Buch soll als spiritueller Ratgeber dienen.

*Holger Greufe 2013*

---

**D**er Mensch ist Teil des evolutionären Prozesses, der sich in seinem Strom des Bewusstseins ebenso wie in dem Prozess des Denkens in Zeichen widerspiegelt. Das Denken in Zeichen funktioniert aber nur im Miteinander der Menschen; denn ohne den Anderen und die Kommunikation mit ihm ist menschliche Existenz nicht möglich. Nur das Prinzip der Liebe (Agape), die Überwindung der Selbstsucht und des Egoismus führt zu Harmonie und Fortschritt. Wie das auf sich beruhende Streben nach Verschiedenartigkeit in der Natur kommt der Fortschritt des Menschen nur aus dem Gedanken, dass der Einzelne seine Persönlichkeit in ihrer Unverwechselbarkeit im Mitgefühl zu seinen Mitmenschen aufgehen lässt.



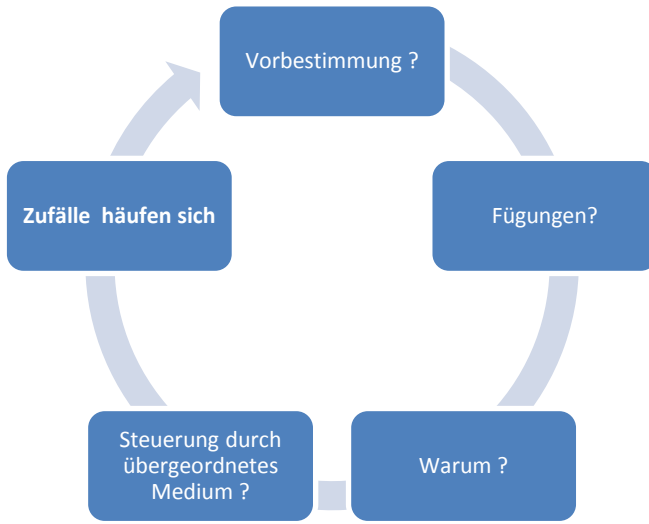
***Die Kapitel 1 – 16 bestehen aus einer erweiterten Interpretation der Prophezeiungen von Celestine.***

***Die Kapitel 17 – 36 liefern spezifische spirituelle Informationen.***

# *Inhalt*

Erweiterte Interpretationen der	Prophezeiungen von Celestine	
.....	.....	6
Kapitel 1: Das Erwachen der kritischen Masse.....		6
Kapitel 2: Die Synchronizität .....		8
Kapitel 3: Das Gesetz der Anziehung.....		10
Kapitel 4: Der Geschichtliche Hintergrund .....		18
Kapitel 5: Eine Frage der Energie .....		27
Kapitel 6: Die Aura.....		31
Kapitel 7: Der Kampf um die Macht .....		35
Kapitel 8: Entstehung der menschlichen Kontroll-Dramen.....		42
Kapitel 9: Die Botschaft der Mystiker .....		69
Kapitel 10: Klärung der Vergangenheit .....		72
Kapitel 11: Der Energiefluss tritt ein .....		77
Kapitel 12: Das Auftauchen einer Kultur .....		85
Kapitel 13: Mein Freund der Baum .....		90
Kapitel 14: Die Geburtsvision .....		101
Kapitel 15: Transformation im Berufsleben .....		116
Kapitel 16: Die Weltvision .....		130
Tod und Geburt .....		136
Kapitel 17: Was ist das Jenseits?.....		136
Kapitel 18: Mysterium Tod/Geburt .....		151
Kapitel 19: Seelenverwandtschaft.....		158
Kapitel 20: Bewusstseinsfelder .....		167
Psychologie.....		170

Kapitel 21: Die Reise ins Ich .....	170
Kapitel 22: Die Macht und Wirkung unserer Gefühle.....	178
Kapitel 23: Die Spirituelle Evolution .....	183
Kapitel 24: Was ist Spiritualität.....	191
Kapitel 25: Die Kraft der Gedanken .....	194
Kapitel 26: Intuition, Bedeutung von Träumen .....	196
Kapitel 27: Die innere Hölle .....	207
Kapitel 28: Die Überwindung der Angst .....	217
Kapitel 29: Der individuelle Schatten.....	220
Persönliches Umfeld .....	232
Kapitel 30: Agape .....	232
Kapitel 31: Die interpersonelle Ethik .....	240
Kapitel 32: Heilungen Transformationen.....	245
Geometrie und Energie.....	252
Kapitel 33: Die Hermetische Philosophie.....	252
Kapitel 34: Chakren – fließende Lebensenergie .....	269
Kapitel 35: Die Merkaba .....	317
Kapitel 36: Die Erde schwingt .....	321
Kapitel 37: Übersäuerung .....	326



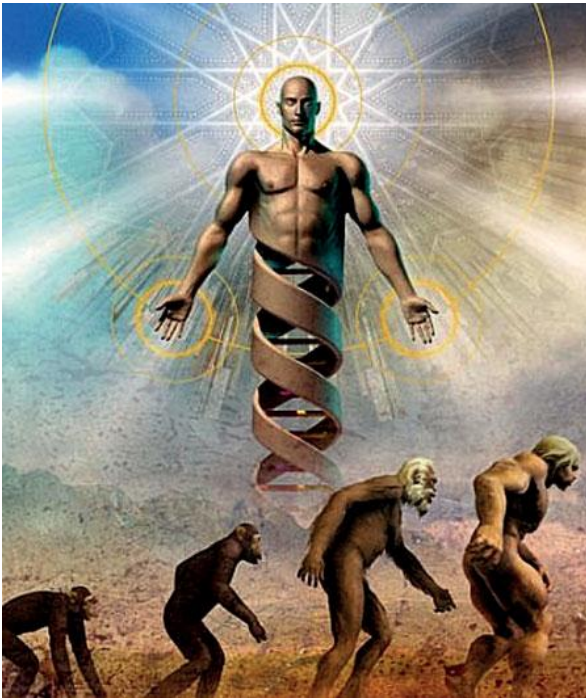
**G**egenwärtig findet in der menschlichen Kultur ein neues spirituelles Erwachen statt, herbeigeführt von einer kritischen Masse Individuen, die ihr Leben als eine spirituelle Entfaltung erfahren, eine Reise, auf der wir von geheimnisvollen Fügungen gelenkt werden.



# Erweiterte Interpretationen der Prophezeiungen von Celestine

## Kapitel 1: Das Erwachen der kritischen Masse.

**W**ir konzentrieren uns auf die geheimnisvollen Fügungen oder auch Synchronizitäten genannt, die im Leben jedes Menschen auftreten. Natürlich haben wir solche Fügungen seit Jahrhunderten als reine Zufälle und somit als bedeutungslos abgetan. Aber während wir über die spirituelle Dimension unserer Existenz nachsinnen und unser Bewusstsein öffnen, erleben wir zunehmend Phänomene, die sich nicht leugnen oder beiseite schieben lassen. Warum wachen wir zum Beispiel morgens mit dem Gedanken an einen alten Freund auf, nur um am selben Tag einen Anruf von genau diesem Freund zu erhalten?

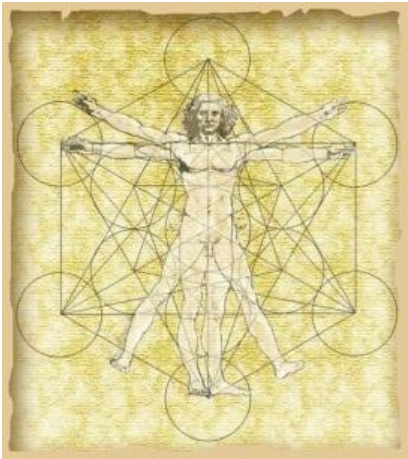


**D**as erste Zeichen für dieses Erwachen besteht in einer tiefempfundenen inneren Unruhe. Diese Unruhe wird auch als Unzufriedenheit (selbst nach dem Erreichen gesteckter Ziele), schwer bestimmtes Unbehagen oder das unbestimmte



Gefühl, irgendetwas fehle im Leben, beschrieben. Gelegentlich wird unser alltäglicher Lebenslauf durch merkwürdige und überraschende Fügungen unterbrochen. In diesen Momenten scheint es, als würde uns eine höhere Bestimmung enthüllt, und für die Dauer eines Augenblickes fühlen wir uns mit einem Mysterium verbunden, dessen wahre Natur uns jedoch weiterhin verborgen bleibt.

**D**ie scheinbar geheimnisvollen Synchronizitäten beschleunigen unsere Entwicklung und verleihen unserem Leben gleichzeitig größere Intensität. Wir meinen, Teil eines größeren Ganzen, eines funktionierenden Planes zu sein. Während mehr und mehr Menschen (die kritische Masse) sich dieser Veränderung im Universum ausgesetzt sehen,

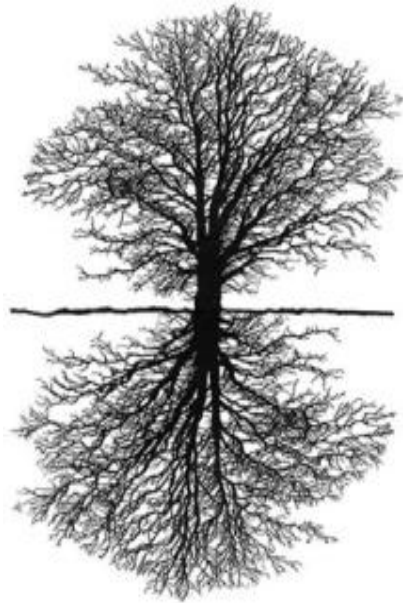


entdecken sie gleichzeitig die wahre Natur der menschlichen Existenz. Sollte es uns gelingen, Verstand und Herz zu öffnen, so werden wir Teil einer neuen entfaltenden Spiritualität sein. Diese Erkenntnis appelliert an unsere Vorstellungskraft und an eine mythische Realitätsebene, auf der wir schon seit Urzeiten von der Existenz eines goldenen Schlüssels, eines mit magischen Kräften ausgestatteten Unbekannten, eines bedeutsamen Traumes oder eines unerwarteten Hinweises wissen, die imstande sind, uns

müheles zur Schatzkiste unserer Träume oder einer von uns herbeigesehnten, besonderen Gelegenheit in unserer Biographie zu führen.

## Kapitel 2: Die Synchronizität

**E**s handelt sich bei der Synchronizität um ein inneres Ereignis (eine lebhafteste, aufrührende Idee, einen Traum, eine Vision oder Emotion) und ein äußeres, physisches Ereignis, welches eine (körperlich) manifestierte Spiegelung des inneren (seelischen) Zustandes bzw. dessen Entsprechung darstellt. Um das Doppelereignis tatsächlich als Synchronizität definieren zu können, ist es unerlässlich, dass das innere chronologisch vor oder aber genau gleichzeitig mit dem äußeren Ereignis geschehen ist. Andernfalls könnte angenommen werden, dass das innere Phänomen auf das äußerlich wahrgenommene vorherige Ereignis reagiert.



**S**ynchronizitäten sind Ereignisse und Umstände, die sich auf wundersame Weise in ihr Leben treten. Man trifft die richtigen Leute zum richtigen Zeitpunkt, genau als man sich gerade gebraucht hat. Nicht spirituelle Menschen nennen das dann Zufall, aber wenn man ein Gefühl für Synchronizitäten entwickelt, wird man feststellen, dass sie ein Weg des Universums sind, Wünsche die man früher mal ans Universum ausgesendet hat, in Erfüllung gehen zu lassen. Der trickreiche Aspekt dabei ist, dass man sicherstellen sollte, dass diese Wünsche auch zum jetzigen Lebensziel passen, denn Synchronizitäten können einem auch Türen öffnen, die einem vom "richtigen" Weg abbringen, weil sie auf Wünschen basieren, die z.B. egoistisch waren.



**S**ie führt uns an den Anfang, an einen Ort, an dem uns, weit jenseits logisch begründbarer Erwartungen und Erfahrungen, das Mysterium des Lebens direkt ins Antlitz schaut. Sich der Realität der Fügungen und ihrer Bedeutung bewusst zu werden, ist der erste Schritt zu einer bewussteren und schnelleren Evolution. Das Wunderbare dieser Fügung oder Synchronizität besteht selbstverständlich darin, dass es sich bei ihr um ein Geschenk des universellen Energiestroms handelt. Um sich innerlich bewegen zu lassen, bedarf es keiner rationalen Erklärung. Sind wir jedoch erst einmal am eigenen Leib Zeuge dieser Verbindung geworden, kann es durchaus vorkommen, dass wir ein wenig weiter experimentieren wollen, um zu sehen, wohin diese Initialenergie uns führt.

**F**ügungen treten unabhängig von menschlicher Willenskraft auf. Sie sind der Mechanismus hinter unserem Wachstum, sozusagen das WIE innerhalb des Evolutionsvorganges. Auf unerklärliche Weise sind sie in der Lage, uns auf neue Möglichkeiten hinzuweisen. Und zwar indem wir uns überkommene und uns einschränkende Ideen am eigenen Leib erfahren welche die Grenzen eines Bereichs überschreiten. Leben bedeutet mehr als bloßes materialistisches Überleben oder intellektuell begründbares Vertrauen in logische Abläufe. Leben bedeutet, einer spirituellen Dynamik unterworfen zu sein. Fügungen können beeinflusst werden durch das Gesetz der Anziehung, durch welches wir durch eine positive Lebenseinstellung zu mehr Erfolg und privatem Glück kommen. Das Gesetz der Anziehung gilt generell, für Alles und Alle. Es gilt für alles, das existiert. Jeder Gedanke, den wir denken, jedes Gefühl, das wir fühlen, zieht ähnliche oder gleichartige Gedanken und Gefühle an. Es reicht schon aus, dass wir etwas aufmerksam betrachten. Dies erzeugt Gedanken und jeder Gedanke ruft entsprechende Gefühle und Schwingungsmuster hervor. Dieses ist das Gesetz der Anziehung.

## Kapitel 3: Das Gesetz der Anziehung

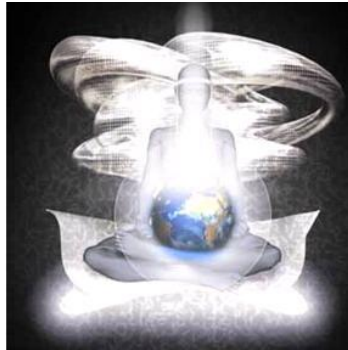
**E**in Bewusstsein, eine Kraft. Auf jeder Ebene der Existenz ist wahr, das mehr zu noch mehr führt und genauso ist es wahr, das Verlust zu noch größeren Verlust führt. Der Geist ist schöpferisch. Bedingungen, Umgebung und alle Erfahrungen im Leben sind das Ergebnis unserer gewohnten oder vorherrschenden geistigen Einstellung. Unsere Geisteshaltung ergibt sich aus dem was wir denken. Das Geheimnis ist, das alle Macht, jeglicher Erfolg und jegliche spirituellen Eigenschaften und Befähigungen, von unserer Denkweise abhängen. Dies ist wahr, weil wir erst sein müssen, bevor wir tun können, und wir können nur in dem Ausmaß etwas tun, indem wir sind und was wir sind hängt davon ab was wir denken.



**W**ir können keine Kräfte zum Ausdruck bringen die wir nicht besitzen. Der einzige Weg mit dem wir uns die Kraft der Spiritualität sichern können, ist der uns der Kraft der Spiritualität bewusst zu werden. Wir können uns niemals unserer Macht bewusst werden, bis wir erkennen das alle Macht und Kraft aus unserem Inneren kommt.



**E**s gibt eine Welt in uns, eine Welt des Denkens und Fühlens und der Macht. Eine Welt von Licht und Leben und Schönheit obwohl unsichtbar, sind ihre Kräfte dennoch gewaltig. Die Welt in unserem Inneren wird vom Geist beherrscht. Wenn wir diese Welt entdecken werden wir die Lösung für jedes Problem finden. Die Ursache für jede Wirkung. Da die innere Welt unserer Kontrolle unterliegt, unterliegen auch alle Gesetze der Macht und der Spiritualität unserer Kontrolle. Die äußere Welt ist ein Abbild unserer inneren Welt. Außen erscheint das, was innen bereits vorhanden ist. In der



inneren Welt kann unendliche Weisheit, unendliche Macht und Kraft, unendliche Versorgung mit allem was nötig ist gefunden werden, auf Entfaltung, Entwicklung und Ausdruck wartend.

**W**enn wir diese Potenziale in der inneren Welt erkennen, werden sie in der äußeren Welt Gestalt annehmen. Harmonie in der inneren Welt, wird in der äußeren Welt durch harmonische Gegebenheiten, gefällige Umgebung, im Besten von allem reflektiert werden. Sie ist die Grundlage für Gesundheit und ein unabdingbares Element für alle Großartigkeit, alle Macht, alle Errungenschaften, aller Vollendung und allen Erfolgs.

**H**armonie in der inneren Welt bedeutet die Fähigkeit unserer Gedanken zu kontrollieren und für uns selbst zu bestimmen wie jede Erfahrung auf uns einwirken soll. Die äußere Welt spiegelt die Umstände und die Bedingungen unseres inneren Bewusstseins wieder.

**W**enn wir in der inneren Welt Weisheit finden, werden wir das Verständnis dafür haben diese Möglichkeiten in der äußeren Welt zu manifestieren. Wir werden die großartigen Möglichkeiten erkennen, die schlummernd, in dieser inneren Welt vorhanden sind und es wird uns die Macht verfügbar machen,



**I**n dem wir uns der Weisheit in unserer inneren Welt bewusst werden, ergreifen wir geistig von ihr Besitz. Indem wir geistig von ihr Besitz ergreifen, kommen wir in den tatsächlichen Besitz der Macht und der Weisheit. Diese brauchen wir um die wesentlichen Dinge für eine möglichst vollkommene und harmonische Entwicklung zu verwirklichen. Die innere Welt ist die praktische Welt aus der die machtvollen Männer und Frauen ihren Mut, ihre Hoffnung, Begeisterung, Zuversicht, Vertrauen und Glauben schöpfen. Durch die innere Welt wird Ihnen die herrliche Intelligenz gegeben. Sie können die Vision sehen und besitzen die praktische Fähigkeit um die Vision zu verwirklichen.

**L**eben bedeutet Entfaltung nicht Zuwachs. Was uns in der äußeren Welt begegnet, besitzen wir bereits in der inneren Welt. Jede Erkenntnis beruht auf Bewusstsein. Jede Zunahme ist das Ergebnis eines sich anhäufenden Bewusstseins. Jeder Verlust ist das Ergebnis eines sich zerstreuenen Bewusstseins. Geistige Wirkkraft bedingt Einträchtigkeit. Uneinigkeit bewirkt Verwirrung. Daher muss derjenige, der die spirituelle Klarheit erlangen möchte in Harmonie mit den Naturgesetzen sein. Unser bewusster Verstand verbindet uns mit der äußeren Welt.



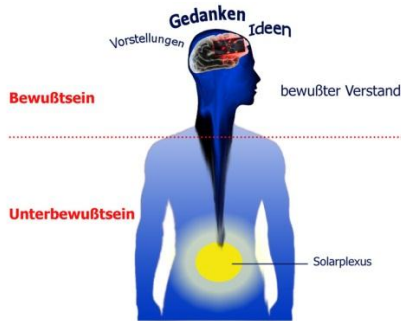
**D**as Gehirn ist das Organ des bewussten Verstandes. Das zentrale Nervensystem ermöglicht uns eine bewusste Kommunikation mit jedem Teil des Körpers.



Dieses Nervensystem reagiert auf jede Empfindung von Licht, Wärme, Geruch, Klang und Geschmack. Wenn dieser bewusste Verstand richtig denkt, wenn er die Wahrheit versteht, wenn die Gedanken die durch das zentrale Nervensystem zum Körper geschickt werden konstruktiv sind, dann sind diese Empfindungen angenehm, harmonisch. Als Ergebnis davon bauen wir Stärke, Vitalität und weitere konstruktive Kräfte in unserem Körper auf. Aber der gleiche bewusste

Verstand lässt auch einen negativen Stress, Mangelbegrenzung und jede Form von Missstimmung und Disharmonie in unserem Leben zu. Es ist daher der bewusste Verstand, der uns durch falsches Denken mit allen zerstörerischen Kräften in Verbindung bringt. Mit der inneren Welt sind wir durch das Unterbewusstsein verbunden.

## Der Solarplexus ist das Organ dieses Bewusstseins.



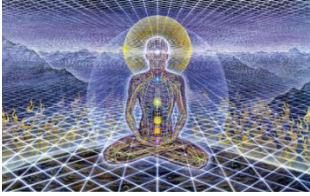
**D**as vegetative Nervensystem waltet über alle einseitigen Wahrnehmungen wie Genuss, Angst, Liebe, Gefühl, Atmung, Vorstellungsvermögen und alle anderen unterbewussten Erscheinungen. Durch das Unterbewusstsein sind wir mit dem universellen Bewusstsein und den unendlichen schöpferischen Kräften des Universums verbunden. Die Harmonisierung dieser beiden Zentren unseres Wesens und das Verständnis über ihre Funktionsweise ist das große Geheimnis des Lebens. Mit diesem Wissen können wir den bewussten Verstand und das Unterbewusstsein in bewusste Zusammenarbeit bringen.



Somit können wir das endliche und das unendliche aufeinander abstimmen, Unsere Zukunft ist gänzlich in unserer eigenen Kontrolle. Sie ist nicht irgendeiner unberechenbaren oder unzuverlässigen äußeren Macht ausgeliefert. Es besteht nur ein Prinzip oder Bewusstsein, welches das gesamte Universum durchdringt, allen Raum ausfüllt und notwendigerweise an jedem Ort seiner Präsenz gleichartig ist. Es ist allmächtig, allwissend und immer präsent.

Alle Gedanken und Dinge sind in ihm selbst, es ist alles in allem. Es gibt nur ein Bewusstsein im Universum das Denken kann und wenn es denkt werden seine Gedanken zu objektiven Dingen.

**D**a dieses Bewusstsein allgegenwärtig ist muss es auch in jedem Individuum gegenwärtig sein. Jedes Individuum muss daher ein Abbild dieses allmächtigen, allwissenden und allgegenwärtigen Bewusstseins sein.



Da es nur ein Bewusstsein im Universum gibt das Denken kann, folgt daraus das dein Bewusstsein, identisch ist mit dem universellen Bewusstsein. In anderen Worten, alle Bewusstseinsseinheiten sind letztlich ein Bewusstsein, ein Geist. Dies ist eine zwingende Schlussfolgerung.

**D**as Bewusstsein das sich in deinen Gehirnzellen konzentriert ist das gleiche Bewusstsein das sich in den Gehirnzellen eines jeden anderen Individuums konzentriert. Jedes Individuum ist nichts anderes als eine Individualisierung des kosmischen, des universellen Bewusstseins.



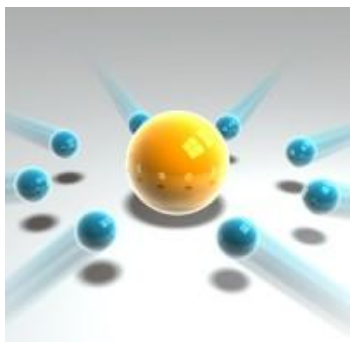
**D**as universelle Bewusstsein ist statische oder mögliche Energie. Es ist einfach nur, es kann sich ausschließlich durch das Individuum ausdrücken und das



Individuum kann sich nur durch das universelle ausdrücken. Sie sind eins. Über das Denken kann das Individuum auf das universelle einwirken und es so zum Ausdruck bringen. Das menschliche Bewusstsein hat lediglich die Fähigkeit zu denken. Vom Bewusstsein selbst wird angenommen, dass es eine feinstoffliche Form statischer Energie ist. Wie die Aktivitäten welche Gedanken genannt werden. Letztere ist der dynamische Zustand des Bewusstseins. Bewusstsein ist statische Energie. Gedanken sind dynamische Energie. Der Gedanke ist entspre-

chend die vibrierende Kraft die entsteht wenn statisches Bewusstsein in dynamisches Bewusstsein umgewandelt wird. Das allmächtige, allwissende und allgegenwärtige universelle Bewusstsein enthält die Gesamtheit aller Attribute und Eigenschaften. Dadurch müssen diese Eigenschaften und Attribute als Potenzial auch in jedem einzelnen Individuum vorhanden sein.

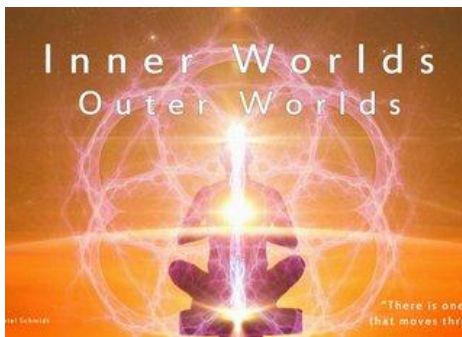
**W**enn das Individuum denkt ist der Gedanke gezwungen sich in einer Realität oder einem Zustand zu verwirklichen die seinem ursprünglichen Wesen entspricht. Daher ist jeder Gedanke eine Ursache und jeder Zustand eine Auswirkung. Aus diesem Grund ist es unerlässlich, dass du deine Gedanken so kontrollierst, dass sie ausschließlich zu wünschenswerten Ergebnissen führen. Alle Macht und Kraft kommt von innen und ist gänzlich unter deiner Kontrolle. Dies ergibt sich aus korrektem Wissen und durch die freiwillige Übung korrekter Prinzipien. Wenn du ein tiefes Verständnis für dieses Gesetz entwickelst und es dir möglich ist deine Denkprozesse zu kontrollieren, sollte klar sein dass du dies auf jeden Zustand anwenden kannst. In anderen Worten, du wirst dann bewusst in eine Zusammenarbeit mit dem allmächtigen Gesetz treten dass die fundamentale Grundlage aller Dinge ist. Das universelle Bewusstsein ist das Lebensprinzip jedes existierenden



den Atoms. Jedes Atom strebt ständig danach mehr und mehr Leben auszudrücken. Alle Atome sind intelligent und alle wollen den Zweck erfüllen für den sie geschaffen wurden. Ein Großteil der Menschheit lebt in der äußeren Welt, nur wenige haben die innere Welt gefunden und doch ist es die innere Welt welche die äußere Welt entstehen lässt. Sie ist daher schöpferisch und alles was du in deiner äußeren Welt findest wurde von dir in deiner inneren

Welt erschaffen. Dieses System wird dazu führen dass du dir eine Macht bewusst wirst die dir gehören wird.

**D**u musst diese Beziehung zwischen der äußeren und der inneren Welt verstehen. Denn die innere Welt ist die Ursache und die äußere Welt die Auswirkung. Um die Auswirkung zu verändern musst du die Ursache verändern. Du wirst sofort erkennen dass dies eine radikal neue und andere Idee ist. Die meisten Menschen versuchen die Auswirkung zu verändern indem sie mit Auswirkungen arbeiten. Sie erkennen nicht dass dies lediglich eine Form von Leid durch anderes Leid ersetzt. Um Unstimmigkeit zu entfernen müssen wir die entsprechende Ursache entfernen und diese Ursache kann nur in der inneren Welt gefunden werden. Alles Wachstum kommt von innen. Überall in der Natur ist dies offensichtlich. Jede Pflanze, jedes Tier, jeder Mensch ist ein lebender Beweis für dieses große Gesetz und der Fehler vergangener Zeiten besteht darin das Kraft oder Macht immer im Außen gesucht wurde.



Die innere Welt ist die universelle Versorgungsquelle und die äußere Welt ist der Auslass dieses Stroms. Unsere Fähigkeit zu empfangen hängt davon ab ob wir diese universelle Quelle erkennen. Diese unendliche Energie, deren Auslass das Individuum ist. Daher ist jedes Individuum mit dem anderen eins. Erkennen ist ein mentaler Prozess.

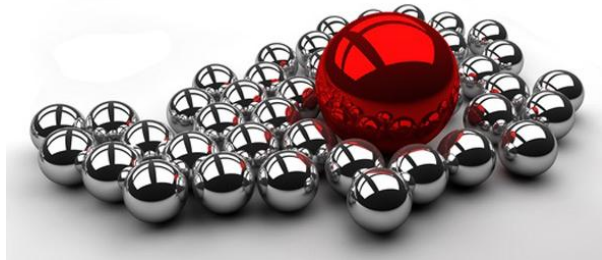
**D**ie mentale Handlung ist daher das Zusammenspiel des Individuums mit dem universellen Bewusstsein. Das universelle Bewusstsein ist die Intelligenz, die allen Raum durchdringt und alle lebenden Dinge mit Leben erfüllt. Diese mentale Aktion und Reaktion ist das Gesetz von Ursache und Wirkung.





**D**as Prinzip von Ursache und Wirkung herrscht aber nicht im Individuum, sondern im universellen Bewusstsein. Es ist keine objektive Fähigkeit sondern ein subjektiver Prozess und die Ergebnisse werden sichtbar in einer unendlichen Vielfalt an Zuständen und Erfahrungen. Wenn Leben ausgedrückt werden soll muss Bewusstsein vorhanden sein. Nichts kann ohne Bewusstsein existieren.

**A**lles was existiert ist eine Manifestation, dieser einen grundlegenden Substanz aus der und durch die alle Dinge erschaffen wurden und ständig wieder erschaffen werden. Wir leben in einem unergründlichen Meer plastischer Bewusstseinssubstanz. Diese Substanz ist seit jeher lebendig und aktiv. Sie ist in höchstem Maße empfänglich und wird leicht reagieren. Sie nimmt Formen, entsprechend dem geistigen Verlangen an. Gedanken geben die Form oder Matrix vor nach der sich diese Substanz Ausdruck verschafft. Denke daran, dass es allein die Anwendung ist in der der Wert liegt. Ein praktisches Verständnis dieses Gesetzes, welches Kenntnis durch Weisheit, Disharmonie durch Harmonie und Tyrannei durch Freiheit ersetzt, wird erfolgen. Von einem spirituellen und sozialen Standpunkt aus gesehen gibt es keine größere Segnung als diese.



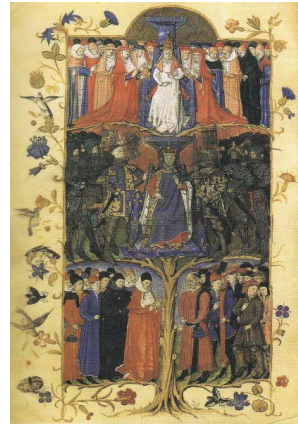
Zuvor jedoch müssen wir uns der geschichtlichen Entwicklung, welche uns soweit gebracht hat, bewusst werden um sie in unsere Gedanken und Überlegungen zu verinnerlichen.

## Kapitel 4: Der Geschichtliche Hintergrund

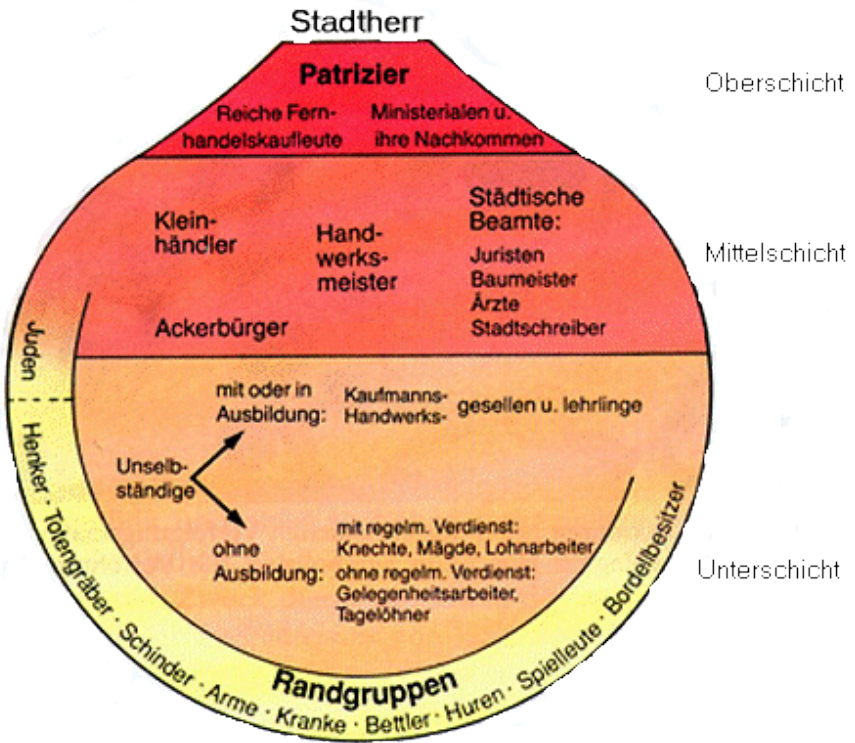
Unser momentanes spirituelles Erwachen repräsentiert die Schöpfung eines neuen, vollständigeren Weltbildes, das an die Stelle einer fünfhundert Jahre andauernden Beschäftigung mit dem weltlichen Überleben und dem Streben nach Bequemlichkeit tritt. Zwar war die Beschäftigung mit der Technologie ein wichtiger Schritt, doch wird erst das Erkennen der bedeutsamen Fügungen in unserem Alltag, uns die wahre Bestimmung des menschlichen Lebens auf diesem Planeten und die wahre Natur unseres Universums offenbaren.



Mit dem Zusammenbruch des mittelalterlichen Weltbildes verloren wir auch unser, aus den Erklärungen der Kleriker resultierendes, sicheres Bild eines im Wesentlichen intakten Weltgefüges. Deshalb beschlossen wir vor fünfhundert Jahren kollektiv, uns auf die Urbarmachung und Unterwerfung der Natur zu konzentrieren. Wir ersetzten unsere verlorene spirituelle Sicherheit durch eine säkulare und kreierten so die Illusion, in einem so vorhersagbaren wie erklärlichen Universum zu leben. Die Erforschung der mystischen Dimensionen unserer Existenz wurde darüber zu einem Tabu.



Allmählich findet jedoch ein Erwachen statt, eine Befreiung vom weltlichen Weltbild der Moderne und eine Öffnung zu einem neuen, wahrhaftigeren und umfassenderen Weltbild.



**Bei unserer Wahrnehmung von Fügungen handelt es sich um einen signifikanten historischen Faktor.**

Unsere Aufmerksamkeit wird auf die bedeutsamen Fügungen gelenkt, und diese werden in einen historischen Zusammenhang gestellt. Diese Erkenntnis liefert Antworten auf folgende Fragen:

Sind unsere Wahrnehmungen der Fügung von historischer Bedeutung oder lediglich kurzlebige Trends oder Modeerscheinungen unserer Zeit, denen in Zukunft keine besondere Bedeutung mehr beigemessen werden wird?

Wird unser Interesse an der spirituellen Vorwärtsentwicklung der Menschheit im gleichen Masse verschwinden, wie sich die menschliche Gesellschaft weiterentwickelt?

**W**ir treten einen Schritt zurück, um die Kette von Ereignissen, die unser Weltbild und unsere Wahrnehmung geprägt haben, genauer zu betrachten.

Die Religion des Christentums im Mittelalter war eine Religion, die das Leben der Menschen sehr stark prägte. Gott war allgegenwärtig, allmächtig und ständig, all-  
lerorts und jederzeit präsent. Nichts geschah ohne sein Wissen und ohne sein wolen. Der Bischof und Patriarch von Rom (der heute gängige Begriff ist Papst und entstand erst im späten Mittelalter) war für das Römische Reich, zudem auch Europa gehörte, der Vertreter Gottes auf Erden.

### **Im wahrsten Sinne des Wortes. Nicht nur sinnbildlich.**

Seine Vertreter waren ebenso von dieser Tatsache überzeugt, wie jeder Christ im Abendland. Das wichtigste Buch überhaupt war die Heilige Schrift, die Bibel. Jede Form von wissenschaftlicher Betrachtung die im Gegensatz zu dieser Schrift und dem Wort Gottes, bzw. seines Vertreters stand war immer der Gefahr ausgesetzt, als Ketzerei betrachtet zu werden. Die Folgen dieser unumstößlichen Sicht waren unter anderem:



- Philosophische Betrachtungen und Gedanken waren meist nur von einer Richtung möglich.
  - Eine Wissenschaft, die betrachtete, beobachtete und Erklärte, war so gut wie nicht vorhanden.
- Medizinischer Fortschritt war nicht möglich.

Denn das alles stand im Widerspruch zur Schöpfungsgeschichte. Ein Wissenschaftler, der die Entstehung des Universums mit dem Urknall erklärt hätte, wäre unweigerlich für verrückt erklärt worden oder aber er hätte sich als Gotteslästerer vor der Kirche verantworten müssen. Niemand zweifelte an der Gültigkeit dieser Worte oder kam auf die Idee, diesen eine neue Deutung zu geben. Die Folgen könnten Exkommunizierung oder der Bann sein.

**U**ns mag diese Form der Bestrafung nicht wirklich beeindrucken, doch exkommuniziert zu werden, bedeutete, kein Einlass in das Paradies. Durch die tiefe Gläubigkeit der Menschen hatte die christliche Kirche eine enorme Machtstellung. Für die Menschen des Mittelalters waren die folgenden Punkte genauso wahr

und selbstverständlich, wie für uns, das die Erde eine Kugel ist und  $2 \times 2 = 4$ . Den Mittelpunkt dieser Erde bildet Jerusalem. (Grabeskirche des Jesus von Nazareth). (Was das Zentrum der Religion ist, muss auch das Zentrum der Welt sein). Die bekannte Erde besteht aus den drei Teilen (durch das grüne Mittelmeer, Schwarze Meer, Don und Nil ist die Erde dreigeteilt in Asien Europa und Afrika. Alles Land ist umflossen vom Ozean (Klebermeer). Wer sich an den Rand der Erde bewegt stürzt herab. Die Welt ist in Sphären aufgeteilt. Das Jüngste Gericht ist ein Ereignis, das bevorsteht, so selbstverständlich und sicher, wie für uns, das Samstag und



Sonntag Wochenende ist, und Bundesliga-Spiele im Fernsehen zu sehen sind. Das Paradies steht jedem offen, dem Vergebung zu Teil wurde oder demjenigen, der ohne Sünde ist. Das Paradies ist erstrebenswertes Ziel des Seins und der Aufenthalt in dieser Welt nur eine vorübergehende Prüfung.

## DIE GESELLSCHAFTSFORM IM MITTELALTER WAR EINE AGRAR-GESELLSCHAFT

**W**issen konzentrierte sich in der Regel auf Klöster. Die nicht erstgeborenen, adligen Kinder, wanden sich in der Regel in Klöster um Kirchenkarriere zu machen. In den religiös organisierten Gesellschaftsordnungen des europäischen Mittelalters, in denen Kirche und Gesellschaft als Einheit aufgefasst



wurden, bildete der Klerus auch gesellschaftlich eine besondere Gruppe, einen so genannten Stand. Als Hauptaufgabe des Klerus galt nach dem Verständnis der mittelalterlichen Weltordnung die Sorge für das Seelenheil der Gläubigen, also der Allgemeinheit. Die Zugehörigkeit zum Klerus war mit bestimmten Rechten (etwa dem Zehnten) und Pflichten (etwa dem Zölibat) verbunden. Bis in die Neuzeit genoss insbesondere der höhere Klerus – ähnlich wie der Adel, dem er fast ausnahmslos entstammte – verschiedene Privilegien gegenüber den einfachen Bürgern und Bauern (Dritter Stand).

Die Rechtslandschaft war seit dem 12. Jahrhundert in zwei Rechtsbereiche unterteilt, in die Hohe und die Niedere Gerichtsbarkeit. Inhaber der Hohen Gerichtsbarkeit war ein Blutrichter, der über Leib und Leben richtete, d.h. Folter- und Todesstrafen verhängen konnte. Vor dem Blutgericht (Hochgericht) wurden Schwerverbrechen verhandelt. Todeswürdige Vergehen waren etwa heimtückischer Mord, Falschmünzerei, Inzest, Notzucht, schwerer Raub, Verrat und Spionage. Auch Gotteslästerung, Meineid, Schadenzauber und Hexerei, Homosexualität sowie Sodomie, Ehebruch und Bigamie wurden streng bestraft. Vor dem Hohen Gericht konnten darüber hinaus größere Eigentumsdelikte und bedeutende Streitigkeiten um Grund und Boden verhandelt werden. Gelegentlich war dieses Gericht auch für die urkundliche Bestätigung bedeutender Güterübertragungen zuständig. Besonders im Mittelalter wurde die Unzucht mit der Todesstrafe, mit der Prügelstrafe oder mit der Auspeitschung belegt. Besonders Mädchen und Frauen unterstellte man eine verführerische und ungezügelter Sexualität (siehe: Hexenverfolgung, Teufels Buhlschaft).



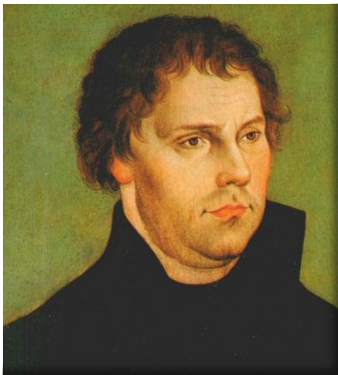
Ursprünglich stand die hohe Gerichtsbarkeit dem König zu. Er übertrug dieses Amt aber den von ihm eingesetzten Grafen in ihren Grafschaften. Auf diese Weise wurden die Grafen Blutgerichtsherren. Der hohe Klerus, Erzbischöfe, Bischöfe und Klosteräbte, stand zwar auf derselben gesellschaftlichen Stufe wie die Grafen, durfte aber aus kirchenrechtlichen Gründen die Blutgerichtsbarkeit nicht persönlich ausüben. Die Geistlichen mussten dafür einen Stellvertreter bestimmen: den Vogt. Der Vorsitz im Blutgericht wurde die Hauptaufgabe des Kirchenvogtes.

### ***DAS WELTBILD DES MITTELALTERS BESAGTE: GUT UND BÖSE, FAST ALLES WIRD ÜBER GOTT DEFINIERT.***

Wir müssen unsere gesamte Geschichte als Ganzes begreifen. Jeder Aspekt der mittelalterlichen Welt wurde durch die Begrifflichkeiten des Überirdischen bestimmt.



Unrechtmäßigkeiten im Verhalten der Kirche, verletzen des Keuschheitsgelübdes, Annehmen von Bestechungsgeldern wenn Angehörige der Regierung die Gebote der Bibel verletzten, führten zu einem Abwenden von der Kirche. Siehe den Verkauf von Plätzen im Paradies, durch die Kirche, über den Ablasshandel.



Mit dem Erscheinen von Martin Luther, welcher, ein Ende des Einflusses der Kirche über das Gedankengut der Menschen forderte nahm alles seinen folgerichtigen Gang. Das, was die Natur der Dinge und des Universums sind, bricht mit der Unglaubwürdigkeit der Kirchenvertreter zusammen. Die alte Weltansicht wurde in Frage gestellt. Die Menschheit hatte Ihren Platz in der Mitte des göttlichen Universums verloren. Alles was sie meinte zu wissen, brauchte jetzt eine neue Definition.

Es begann das Zeitalter der Moderne. Es entstand ein tiefes Misstrauen der Masse gegenüber päpstlicher oder königlicher Autorität. Es wurde eine Methode zur Konsensbildung benötigt. Eine Methode diese Welt systematisch zu erforschen. Die Gewissheit über ein gottgesteuertes Universum war verloren und somit auch das Wissen über die Beschaffenheit von Gott selbst. Da die Wissenschaft nicht in der Lage war ein neues



Bild von Gott und dem Daseinsgrund der Menschen zu liefern, wurde die Welt durch den Mangel an Sicherheit und tieferer Bedeutung in Mitleidenschaft gezogen. Da keine Einigkeit über unseren spirituellen Werdegang bestand, wurde begonnen an einer Erhöhung unseres Lebensstandards zu arbeiten. Zu arbeiten, nur um sich eine bequemere Form des Überlebens zu leisten ist mittlerweile zu unser Daseinsberechtigung geworden. Beinahe jeder Mensch nimmt mit einer Ersatzbeschäftigung vorlieb. Diese tun wir, um der Frage aus dem Wege zu gehen, weshalb wir überhaupt am Leben sind.

Es kam danach zum Bruch zwischen Wissenschaft und Spiritualität. Eine irdische Weltsicht schloss sich daran an. Die wirtschaftliche Stabilität soll in dieser Zeit die spirituelle Stabilität ersetzen. Es bestand die Gefahr, dass das wachsende Kapital, Spiritualität immer mehr zurück drängt. Das Erwachende, stellt die Kreation einer neuen, kompletteren Weltansicht dar. Eine fünf-hundert-Jahr-alte Hauptbeschäftigung mit weltlichem Überleben und Komfort wurde gestartet. Während diese technologische Hauptbeschäftigung ein wichtiger Entwicklungsschritt war, ist unser Erwachen zu den Lebensübereinstimmungen gleich einem Öffnen zum realen Zweck der menschlichen Lebensdauer auf diesem Planeten und zur realen Natur unseres Universums. Wir müssen uns vor einem weiteren Fortschreiten unserer Evolution zunächst einmal wieder über den Sinn des Überlebens der menschlichen Rasse klarwerden. Zur Weiterentwicklung unsere Kultur ist es notwendig, dass die kritische Masse derer erreicht wird, die ihrer Intuition gestatten, sich wieder ihrer Spiritualität zu verbinden.



**„AUFKLÄRUNG IST DER AUSGANG DES MENSCHEN AUS SEINER SELBST  
VERSCHULDETEN UNMÜNDIGKEIT. UNMÜNDIGKEIT IST DAS UNVERMÖ-  
GEN, SICH SEINES VERSTANDES OHNE LEITUNG EINES ANDEREN ZU BE-  
DIENEN.“**

**W**ir befinden uns im Augenblick an einer wichtigen Wegkreuzung in unserer Entwicklungsgeschichte, und unsere Optionen scheinen so zahlreich wie nie zuvor. Die Kreuzung und wechselseitige Befruchtung unterschiedlicher wissenschaftlicher Bereiche, wie Telekommunikation und Physik in Verbindung mit spirituellen und ökologischen Bewusstsein oder alternativen Heilmethoden und Psychologie, bereiten uns bereits auf das Erscheinungsbild unserer Zukunft vor. Jetzt liegt es an uns, als Individuen und als Kollektiv weitsichtigere und lebensbejahendere Prioritäten zu setzen, als es bisher der Fall war. Was immer Du am Bewusstsein zum kollektiven Status quo beiträgst, darin besteht auch Dein persönlicher Beitrag zu einer veränderten Zukunft. Jeder Gedanke, jede Entscheidung und jede unserer Handlungen sind verantwortlich für die Schaffung unserer Realität.



**SEI DIR DARÜBER BEWUSST, DASS ES DEINE ENTSCHEIDUNG WAR, IN DIESER HISTORISCH ENTSCHEIDENDEN ZEIT GEBOREN ZU WERDEN UND ZU LEBEN.**

**BITTE DEIN HÖHERES SELBST DARUM, DIR EINE KLARE BOTSCHAFT ZU SENDEN.**

**ACHTE DARAUF, WIE VIEL ZEIT DU DAMIT VERBRINGST, EREIGNISSE UND ANDERE MENSCHEN ZU KONTROLLIEREN.**

**SUCHE DIR AKTIVITÄTEN, DIE DIR FREUDE BEREITEN. UNTERNEHME WENIGER AUS PFLICHTBEWUSSTSEIN (DAS IST ETWAS ANDERES ALS VERANTWORTUNG).**

**WÄHLE UNTER DEINEN TÄTIGKEITEN EINE AUS, VON DER DU DICH JETZT IM AUGENBLICK UND BEI KLAREM BEWUSSTSEIN VERABSCHIEDEST. AKTIVITÄTEN ZU VERRICHTEN, DIE DIR FREUDE BRINGEN, UND DIR MEHR FREIE ZEIT VERSCHAFFEN, HEBT DEN ENERGIELEVEL UND ERHÖHT DIE WAHRSCHEINLICHKEIT DES AUFTRETENS BEDEUTSAMER FÜGUNGEN IN DEINEM LEBEN.**

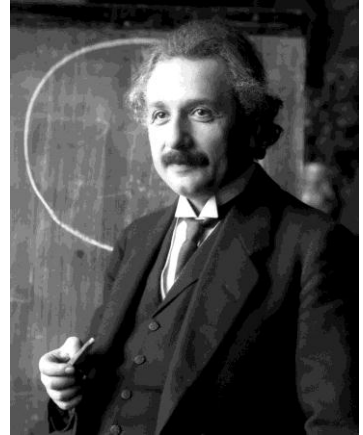
**REAGIERE AUF JEDE FORM DER UNTERSTÜTZUNG MIT DANKBARKEIT, UND BRINGE DIESE AUCH DEUTLICH ZUM AUSDRUCK.**

Nach dem Verlust unserer Verbindung zum christlichen Glauben und der Diskreditierung der Kleriker gilt die Maxime „Gott ist Energie“ nicht mehr. Nun sollten wir uns Überlegen von welchen Energien wir sprechen wollen.

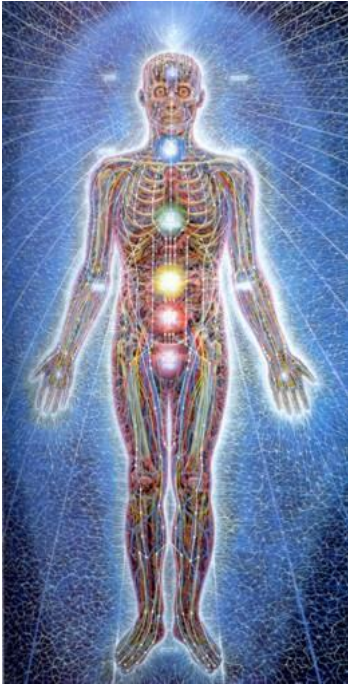
## Kapitel 5: Eine Frage der Energie

Nach dem Scheitern des mittelalterlichen Weltbild wurde uns bewusst das wir Teil eines unbekanntes Universums sind. Jede Theorie, die physikalisch nicht beweisbar war, galt automatisch als wiederlegt. Durch diese Grundhaltung gelang es der Wissenschaft systematisch, jeden Ungewissen oder esoterischen Aspekt aus unserem Leben zu verbannen.

Einstein Lebenswerk bestand darin zu beweisen, dass wir jenes Energiegebilde, das wir als feste Materie wahrnehmen zum größten Teil aus leerem Raum plus ein Muster von Energieströmen besteht. Beim Betrachten dieser Energiemuster, in immer kleiner werdenden Teilen kommen wir zu einer erstaunlichen Feststellung: Die bloße Beobachtung dieser Elementarteilchen ändert deren Verhalten. Die Elementarteilchen scheinen durch die Beobachtung manipulierbar zu sein. Die Teilchen tauchen an Ort auf an denen sie nach den uns bekannten Gesetzen der Physik nicht auftauchen dürften. Teilweise zwei zur gleichen an der gleichen Stelle, oder in der linearen Zeit vor und zurückreisend. Der Urstoff des Universums, sein Kern, besteht aus einer Form von reiner Energie, die durch menschliche Intention und Erwartung formbar ist. Die Veränderung der menschlichen Wahrnehmung beginnt mit einer erhöhten Sensibilisierung gegenüber schönen Dingen. Die Wahrnehmungsfähigkeit von Schönheit, funktioniert wie ein Barometer welches uns anzeigt wie weit wir noch davon entfernt sind, die Energie Wahrzunehmen. Diese Energie zu erfahren beinhaltet die Einsicht dass es sich um das gleiche Kontinuum handelt wie die wahre Natur der Schönheit. Dadurch indem wir versuchen in allem das Schöne zu sehen, und unsere Gedanken in diese Richtung lenken werden wir in der Lage sein das Wahre Antlitz der Schöpfung zu erkennen.

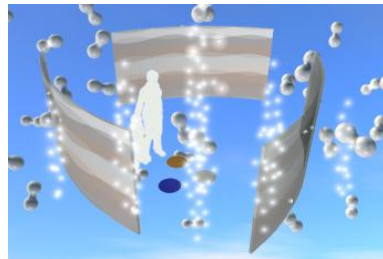


Jedes physische Objekt besteht aus Energie. Diese Energie enthält Information, Gedächtnis, Bestimmung oder Gedanken. Information hat stets positive oder negative Polarität. Wenn man sich langfristig durch negative Informationen programmieren lässt, kann dies zu physischen Krankheiten führen.



“Heute erkennen wir, dass wir nicht in einem materiellen Universum leben, sondern in einem Universum aus dynamischer Energie. Alles um uns herum ist ein Feld heiliger Energie, das wir spüren und intuitiv erfassen können. Außerdem können wir Menschen unsere Energie nach außen projizieren, indem wir unsere Aufmerksamkeit in die gewünschte Richtung lenken – die Energie folgt der Aufmerksamkeit. Dadurch beeinflussen wir andere Energiesysteme und erhöhen die Zahl bedeutsamer Synchronizitäten in unserem Leben.

**W**ir können die Gegenstände in unserer Umgebung nicht länger als bloße materielle Objekte wahrnehmen. Die jüngsten Erkenntnisse der Physik und ihre Synthese mit östlichen Weisheitslehren erschließt uns das Universum als riesiges Energiefeld, eine Quantenwelt, in der alle Phänomene miteinander verbunden sind und aufeinander reagieren. Durch die Weisheit der östlichen Religionen wissen wir, dass der Mensch Zugang zu dieser universellen Energie hat. Wir sind in der Lage, sie durch Gedanken und Intention nach außen zu projizieren und dadurch die eigene Realität ebenso wie die anderer zu beeinflussen.



**D**as Universum - ein Feld sich ständiger verändernder Energie Das Universum besteht aus reiner Energie. Alles im Universum besteht aus Energie besteht, und diese Energie ist für die Schaffung aller Formen und Gegenstände innerhalb unserer sogenannten Realität verantwortlich. Ein immenser Ozean energetischer Schwingungen verbindet diese Energie zu unzähligen Erscheinungsformen, ob es sich dabei nun um einen Felsen, eine Welle, eine Blume, den Mantel in Deinem Schrank oder um Deine Person selbst handelt. Alles Existierende besteht aus derselben Grundsubstanz und unterliegt konstanter Wandlung, Geburt, Entfaltung, Transformation und Verlagerung.

**W**ir sind durch unsere Gedanken für die Schaffung dieses Universums mit verantwortlich. Alle Dinge sind buchstäblich eins sind und stehen miteinander in Verbindung. Da alle Energie miteinander in Verbindung steht, ist sie durch das menschliche Bewusstsein und dessen Intention formbar. Diese Energie reagiert auf unsere Erwartungen, und unsere Gedanken und Gefühle treten als Energie in diese Welt und beeinflussen andere Energiesysteme.



**U**ns der Existenz der Energie bewusst zu werden, hebt unsere feinstofflichen Schwingungen. Die Bewusstmachung universeller Energie ist Grundvoraussetzung dafür, an ihr teilzuhaben und sich zum Mitschöpfer der Realität zu machen. Sobald wir wissen, dass wir Teil eines lebendigen Systems bisher unsichtbarer Energie sind, verschiebt sich ein wichtiger Grundglaubenssatz, und wir beginnen auf einem feinstofflich höheren Energieniveau zu existieren. Es kann zu einer Beschleunigung der Ereignisse und Synchronizitäten kommen, bei anderen stellen sich vielleicht neue Hoffnung, neue Klarheit und neues Vertrauen ein. Einige werden durch eine schmerzhaft Zeit der Neuorganisation gehen, bevor sie sich an den Wiederaufbau machen können. Aber selbst wenn sich die Dinge in Deinem Leben nicht so schnell verändern, wie Du es vielleicht gerne hättest, so wird sich auf jeden Fall eine Änderung in Deinem Sinne bemerkbar machen.



**M**it zunehmender Integration höherer Frequenzen, wie Bewusstsein, Dankbarkeit, Schönheit, Integrität, Freude und Vertrauen in Deinem Leben, kommst Du der universellen Energie näher. Selbst grauer Alltag wird durch das Bewusstsein mit dieser Energie verbunden und spürbar angenehmer. Vielleicht möchtest Du die Erkenntnisse so schnell wie möglich verstehen und benutzen, um danach mit Deinem Leben fortzufahren. Anstatt jedoch zu versuchen, den Inhalt der Erkenntnisse zu verfestigen, zu vereinfachen oder sich mit der Aufregung, die sie bei Dir verursacht, zu beschäftigen, solltest Du akzeptieren, dass Du beim Kennenlernen und bei der Integration dieser Ideen und Erkenntnisse in Deinem Leben einem eigenen inneren Rhythmus unterworfen bist, an den Du Dich halten solltest.

**W**ir werden lernen, die unsichtbaren Energiefelder von Pflanzen und Menschen mit dem bloßen Auge zu sehen. Einige von uns sind dazu bereits in der Lage, andere werden sie in nächster Zukunft zu sehen bekommen. Für einige wird dies einfacher sein als für andere. Das wichtigste ist jedoch die Akzeptanz des Bestehens universeller Energie. Informationen scheinen die Eigenschaft zu haben, uns genau dann zu erreichen, wenn wir sie brauchen. Genauer gesagt, besteht Information aus einem ständigen fließenden Strom, und unsere Intention setzt jeweils einen Selektionsprozess in Gang, der sich dann als relevant für unsere Bedürfnisse erweist. Haben wir eine höhere, feinstoffliche Schwingung erreicht, gelangen Informationen gewöhnlich in immer kürzer werdenden Abständen zu uns. Nutzen wir unsere Talente und Fähigkeiten mit der richtigen Intention, so tauchen vermehrt Angebote auf.



**S**olltest Du im Augenblick keinen derartigen Informationsschwall verspüren, so verlagere Deine Intention darauf, dass Dir der Weg zurück auf den auf Deinen Pfad gezeigt wird. Das Herz erwacht mit der Zeit. Damit Deine Erkenntnisse sich zur Weisheit verdichten können, bedürfen sie vor allem eines fruchtbaren Bodens, in dem sie Wurzeln schlagen und tieferen Halt finden können.

## Kapitel 6: Die Aura

Die Aura ist das Energiefeld um einen Menschen oder um einen Gegenstand. Jeder Gegenstand strahlt durch die Schwingungszustände in denen sich seine Atome und Moleküle befinden, Energiefelder aus. Bei lebenden Wesen kommen noch weitere Schwingungsfelder hinzu, verursacht durch:

- zelluläre Rhythmen
- Nervenimpulse / fließende elektrische Ströme im Körper
- Herzschlag und viele weitere Körperrhythmen
- Chakren
- Gedanken
- Gefühle



Die Körperrhythmen bewirken durch den, damit verbundenen Stromfluss im Körper, die Erzeugung eines elektromagnetischen Feldes, welches jedes lebende Wesen umgibt. Die Aura umfasst aber noch weitere Felder, beispielsweise das Photonenfeld, welches den Menschen umgibt. Diese Photonen werden zum Teil sogar durch Prozesse erzeugt, welche der Physik als "kalte Fusion" bekannt sind. Physikalisch nachweisen lassen sich diese Aura Anteile neuerdings auch mithilfe sogenannter Photonenkameras.

### Aura sehen

Die meisten Menschen können Lichtphotonen erst ab einer Ballung von etwa 100 Photonen bewusst wahrnehmen. Für sie ist die Aura unsichtbar. Es gibt aber auch Menschen, die Lichtphotonenansammlungen von weniger als 100 sehen können. Für sie ist der Lichtanteil der Aura wie ein Schimmern sichtbar. Von Katzen ist übrigens bekannt, dass sie Lichtphotonenballungen bereits ab 10 Photonen wahrnehmen können. So können Katzen also mit Sicherheit wesentlich mehr von der Lichtaura eines Menschen oder Lebewesens sehen, als der Mensch. Vermutlich können Katzen darum sogar manche Geistwesen und verstorbenen Personen sehen. Strahlt ein Mensch sehr viele Lichtphotonen ab, zum Beispiel Heilige, oder im buddhistischen Sprachgebrauch, als erleuchtete Menschen be-

zeichnet, kann dies oft auch von nicht hellichtigen Personen, wie ein feines Schimmern wahrgenommen werden. Erleuchtete werden ja gerade darum als "Erleuchtet" bezeichnet, weil ihre Aura heller leuchtet als andere. Auch im christlichen Raum werden die Heiligen immer mit einem Strahlenkranz um den Kopf dargestellt.

**W**as unterscheidet einen hellichtigen Menschen der die Aura sieht von anderen Menschen .Der Unterschied ist die Verarbeitung der wahrgenommenen Informationen. Beim einen sortiert das Unterbewusstsein die wahrgenommenen Informationen/Eindrücke der Aura aus, und beim hellichtigen Menschen werden diese Informationen der bewussten Ebene weitergereicht. Eine solche Aussortierung ist übrigens etwas völlig normales - 99,9% aller unserer Sinneswahrnehmungen werden aussortiert, weil wir ansonsten völlig überfordert wären. Helllichtige sind dies darum, weil sie, zumeist schon in früheren Leben, den Wunsch entwickelt haben, helllichtig zu sein, um diese Gabe beispielsweise als Heiler zu nutzen. Jedes Gebet wird erhört, und dies ist der Grund, warum sie diese Gabe dann irgendwann bekamen. Wichtig ist aber zu verstehen, dass man einen solchen Wunsch nur äußern sollte, wenn man gute Gründe dafür hat. Schließlich hat es ja auch einen Nutzen für den Mensch, wenn sein Unterbewusstsein ihm diese Informationen aussortiert, also vorenthält. Er ist dadurch weniger überflutet von Informationen. Besonders wenn es sich um "sinnlose" Informationen handelt, also gerade immer in den Fällen, wo Menschen sich zwar gewünscht haben, die Aura (oder auch andere Teile der geistigen Welt) wahrnehmen zu können, aber diese Menschen diese Informationen dann nicht nutzen (z.B. durch die Arbeit als Heiler). In all diesen Fällen erreichen das Bewusstsein der Menschen dann Zuviel "unnütze" Informationen, und sie landen dann oft sogar in Irrenanstalten. Sie haben sich dann durch ihre eigenen Wünsche an den Rand des psychiatrischen Irrsinns getrieben.



Natürlich erfolgt auch bei Aura sichtigen Menschen eine Verarbeitung der wahrgenommenen Aura im Unterbewusstsein, bevor die Wahrnehmungen den bewussten Teil ihres Bewusstseins erreichen. Wenn also jemand beispielsweise Symbole, oder abgespeicherte Bilder und Erlebnisse in der Aura eines Menschen sieht, dann hat ihm dies sein eigenes Unterbewusstsein bereits aufgearbeitet, damit er es besser verstehen kann. Die ursprüngliche, unverarbeitete, ungefilterte Wahrnehmung war immer eine andere. Darum nehmen helllichtige Heiler meist gerade diejenige Aura Schicht oder Teil der Aura wahr, welcher gerade relevant ist. Der Rest wird, wie gesagt, aussortiert.



## Auraphotografie



Noch ein Wort zur sogenannten Aerophotographie (Nicht zu verwechseln mit dem Thema der Photonenkameras). Hierbei wird die Aura nicht direkt fotografiert. Stattdessen wird aus Messpunkten (meist an den Händen) errechnet, wie die Aura aussehen müsste, und daraus wird dann das Bild berechnet. Es ist also im eigentlichen Sinne keine echte Fotografie.

### **Aura mental wahrnehmen.**

Dabei stellt man sich einfach innerlich auf einer weissen Leinwand die Person vor, und bittet, dass einem die Aura gezeigt wird. Die Person braucht dabei nicht anwesend zu sein. Dies funktioniert im Prinzip bei jedem, auch wenn man nicht hell-sichtig ist, weil das Unterbewusstsein diese Wahrnehmung der Aura ja auf jeden Fall hat, wie oben erläutert. Natürlich benötigt diese Methode mit der inneren Leinwand auch etwas Übung, bis man sie beherrscht.

### **Aura fühlen**

**B**esonders wenn die Gefühle sehr stark sind, die ein Mensch hat, dann kann man diese Gefühle regelrecht greifbar fühlen. Ich vermute, jeder Mensch hat das schon mal erlebt, dass man in der Nähe von beispielsweise einem sehr wütenden Menschen, diese Wut wirklich direkt "spüren" kann. Was dabei gespürt wird, ist der Emotional Körper des Menschen, also die entsprechende Wutablagerung in der Emotional Körper Schicht der Aura. (Bei Wut ist das darum so gut fühlbar, weil Wut viel Feuerenergie enthält, und selbst auch wieder aus mehreren Schichten besteht - die Wut hinter der Wut, usw.)

## **Übung zum Aura fühlen:**

Halte deine offene Handfläche in die Richtung eines Menschen, und gehe nun ganz langsam auf ihn zu. Wenn du feinfühlig bist, kannst du die Übergänge der einzelnen Aura Schichten der Person fühlen. (Achtung, bei dieser Übung kann es auch geschehen, dass Energien zwischen deiner Hand und der Aura der Person fließen - dies verfälscht dann eventuell deine Wahrnehmung von den Aura Schichten.)

## **Die Aura Schichten**

1. Ätherkörper (liegt am nächsten am materiellen Körper des Menschen)
2. Emotional Körper (wird auch oft als Astralkörper bezeichnet)
3. Mentalkörper
4. Spiritual Körper (Diese Aura Schicht enthält unter anderem Seelenverträge, Gelübde usw. Sie wird nach dem Tode vollständig ins nächste Leben übernommen.)

## **Was macht die Aura heller?**

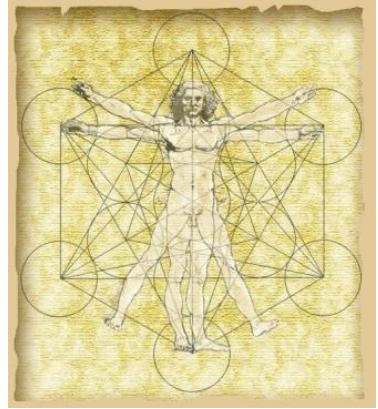
- Positive Gedanken (es zählen dabei auch die unbewussten Gedanken!)
- Positive Gefühle
- Positive Handlungen

## **Was macht die Aura dunkler?**

- Negative Gedanken (es zählen dabei auch die unbewussten Gedanken!)
- Negative Gefühle, bzw.: Gier / Verlangen - Neid - Stolz - Eifersucht – Unwissenheit, Hass
- (Achtung, auch diejenigen Gefühle, die wir uns nicht erlauben bewusst zu fühlen, beeinflussen die Aura. Gerade verdrängte Gefühle können sich in der Aura direkt absetzen, oder auch im Körper, und beeinflussen dann indirekt die Aura.)
- Negative Handlungen
- Unverarbeitete, negative oder gar traumatische Erlebnisse lagern sich als dunklen Energiewolken in der Aura ab, und verdunkeln so die Aura.

## Kapitel 7: Der Kampf um die Macht

Viel zu oft schneiden wir uns von der größeren Quelle dieser universellen Energie ab und fühlen uns deshalb schwach und unsicher. Um Energie zu erhalten, manipulieren wir häufig andere Menschen, damit sie uns Aufmerksamkeit und somit Energie zukommen lassen. Wenn wir andere derartig dominieren, fühlen wir uns stärker und mächtiger, während die anderen dadurch geschwächt werden und sich deshalb oft gegen diesen Energieraub wehren.



### **Der Konkurrenzkampf um knappe menschliche Energie ist die Ursache für alle zwischenmenschlichen Konflikte.**

Als Resultat davon fühlen wir uns geschwächt und verunsichert und versuchen, uns Energie von anderen Menschen zu beschaffen, indem wir sie manipulieren oder ihre Aufmerksamkeit auf uns lenken. Gelingt dies, spüren wir einen Energieschub, der uns stärkt, das Gegenüber jedoch schwächt. Oft wehren andere sich gegen diesen Energieraub, und es kommt zu einem Machtkampf.

### **Jeder Konflikt auf der Welt entstammt ursprünglich diesem Wettstreit um menschliche Energie.**

Menschen neigen häufig dazu ihre innere Verbindung mit der mystischen Energie abzuschneiden. Menschen stehen miteinander im Wettstreit um Energie und diese Tatsache hat Einfluss auf jede zwischenmenschliche Begegnung. Am besten können wir uns die Natur dieses Wettstreits verdeutlichen, indem wir unsere und die Interaktionen anderer beobachten und dadurch die Natur des menschlichen Konfliktes verstehen lernen. Je stärker wir uns dieser zwischenmenschlichen Dynamik bewusst werden, desto deutlicher erkennen wir, dass auf diese Weise gewonnene Energie gewöhnlich nicht lange vorhält. Allmählich gelangen wir zu der Realisation, dass die wahre Energie aus einer universellen Quelle stammt. Es besteht keinerlei Notwendigkeit, sich durch eine andere Person Energie zu verschaffen.

Mit zunehmenden Bewusstsein darüber, wie wir versuchen, andere zu kontrollieren, zu unterminieren, zu übervorteilen und ihnen zu gefallen, beginnen wir ebenfalls damit, dieses Verhalten abzubauen. Unser Kampf um Macht beginnt, sobald wir mit lautstarkem Geschrei unseren Eintritt in diese Welt ankündigen.

Unser angeborener Überlebensinstinkt wird von psychologischen und spirituellen Bedürfnissen nach Sicherheit, Intimität, finanziellem Wohlergehen, einem Zugehörigkeitsgefühl, Anerkennung und dem Wunsch nach Kontrolle über unser eigenes Leben begleitet. Der Versuch, diese Bedürfnisse zu balancieren, liegt auf Grund all unserer Unternehmungen in der äußeren Welt. Beleidigt eines dieser Bedürfnisse unbefriedigt, so setzen wir gewöhnlich alles daran, um dieses zu befriedigen.



Haben wir einmal damit aufgehört, Kontrolle als Mittel zu Erreichung unserer Ziele einzusetzen, findet eine miraculöse Wandlung in unserem Leben statt. Der universellen Kraft die Leitung zu überlassen, ist gleichbedeutend damit, dem Geheimnis Einzug in unser Leben zu gewähren und sich wieder wahrhaftig leb-

endig zu fühlen. Obwohl nicht jeder Widerstand und jeder Kampf notwendigerweise einen "schlechten" Beigeschmack haben müssen, da diese Situationen uns Auskunft darüber geben, was in unserem Leben der Veränderung bedarf, so gibt es doch eine interessantere und aufregendere Weise zu leben, als permanenten Konflikt.

Ein Bewusstsein darüber zu gewinnen, wie wir mit anderen im Wettstreit um Energie stehen, ist der erste Schritt zur Rückgewinnung unserer Kraft. Sobald wir aufhören, danach zu trachten, uns bei anderen Menschen mit Energie versorgen, und statt dessen nach innen, auf unsere eigene Verbindung mit der universellen Energiequelle schauen, stellt sich auch die natürliche Balance allmählich wieder ein. Ego-Zustände oder Positionen sind verantwortlich für eine sich immer wiederholenden dramatischen Ablauf in unserem Leben, den wir als Kontroll-Drama bezeichnen. Die Positionen in denen wir feststecken, könne im Wesentlichen auf drei wichtige Verhaltensformen zurückgeführt werden. Diese Verhaltensformen werden als Eltern-Ego, Kinder-Ego und das Erwachsenen-Ego beschrieben. Das Eltern-Ego entspricht den Kontroll-Dramen des aggressiven Einschüchterers und des Vernehmungsbeamten. Das Kinder-Ego entspricht den passiveren Kontroll-Dramen: Das "arme Ich" und "Das Unnahbare Ich". Der Zustand eines Erwachsenen, dessen Bewusstsein bereits mit seinem höheren Selbst in Verbin-

dung steht, korrespondiert mit einem höheren Zustand synchronen Wachstums. Anhand dieser unterschiedlichen Ego-Stadien lässt sich leicht erkennen, wie komplex unsere Interaktionen sein können.



## Der Einschüchterer

Diese Personen binden Aufmerksamkeit und damit Energie durch die Hilfe von Lautstärke, physischer Kraft, Drohungen sowie unvorhersehbaren Temperamentsausbrüchen an sich. Einschüchterer dominieren, indem sie ihr Gegenüber mit der ständigen Drohung eines verletzenden Kommentars, ihres Zornes und, in



extremen Fällen, Wutausbrüchen in Schach halten. Der Einschüchterer steht immer im Mittelpunkt. In seiner Gegenwart fühlt man sich verängstigt oder unruhig, zumindest aber unsicher gemacht – eingeschüchtert. Die Spannbreite des Verhaltens dieser Egozentriker reicht vom bloßen Herumkommandieren, unentwegtem Reden, autoritärem Verhalten, Inflexibilität und fortwährendem Sarkasmus, bis hin zur Anwendung körperlicher Gewalt. Der Typus des Einschüchterers ist vermutlich am deutlichsten von der Zufuhr universeller Energie abgeschnitten. Anfänglich zieht er Menschen durch eine Aura der Macht in seinen Wirkungskreis. Jedes der vier Kontroll-Dramen kreiert eine spezifische Dynamik, die auch als „Ergänzungs-Drama“ bezeichnet wird. Das Ergänzungs-Drama des Einschüchterers besteht hauptsächlich im Drama des „Armen Ichs - eine energetisch extrem passive Dynamik. Das Arme Ich ist der Meinung durch den Einschüchterer in furchterregendem Ausmaße seiner Energie beraubt zu werden und bemüht sich deshalb, diesen bedrohlich erscheinenden Energiefluss durch das Einnehmen einer sich krümmenden, hilflosen Attitüde zu stoppen: „Schau mal, was du mir angetan hast. Tu mir nicht weh, ich bin zu schwach.“ Das Arme Ich versucht, dem Einschüchterer Schuld einzuflößen, damit er seine Angriffe einstellt und sich der Flowzustand für das Arme Ich wieder einstellt.

## Der Vernehmungsbeamte

**O**bwohl körperlich weniger bedrohlich, sind diese Personen doch in der Lage, Willen und Geist durch ständiges Hinterfragen aller Aktivitäten und Motivationen zu zerbrechen. Als feindseliger Kritiker sucht der Vernehmungsbeamte andauernd nach einer Gelegenheit, um zu beweisen, dass andere Unrecht haben. Je mehr diese Menschen an unseren Fehlern und Unzulänglichkeiten herumnörgeln, desto mehr Beachtung kommt ihnen zu, bis ihr Gegenüber schließlich auf jegliche Bewegung reagiert.



Während man damit beschäftigt ist, sich dem Vernehmungsbeamten gegenüber zu beweisen oder ihm Rede und Antwort zu stehen, erhält er von einem die Energie. Vermutlich wird alles was man sagt irgendwann gegen einen verwendet werden, und man wird den Eindruck nicht los, unter permanenter Überwachung zu stehen.

Überwacht, reicht sein Verhaltensspektrum von zynisch, skeptisch, sarkastisch, stichelnd, perfektionistisch, selbstgerecht bis bösemanipulativ. Anfänglich scheint er durch seinen Witz, unschlagbare Logik, Faktenwissen und Intellekt zu bestechen.

Vernehmungsbeamte als Eltern sorgen für unnahbare Kinder; manchmal auch für Arme Ichs. Beide trachten danach, dem Bohren des Vernehmungsbeamten zu entkommen. Unnahbare wollen sich dem Zwang, antworten zu müssen und der ständig stichelnden Kritik entziehen (und damit dem Verlust ihrer Energie).

# Das Arme ICH

Personen mit solch einem Mechanismus glauben unter ständigem Kräftemangel zu leiden und dadurch den Herausforderungen der Welt nicht gewachsen zu sein. Deshalb wollen sie Mitgefühl, um die Energie in ihre Richtung zu lenken. Als über-



zeugter Pessimist zieht das „Arme Ich“ mit besorgtem Gesichtsausdruck, lautem Seufzen, Zittern, Weinen, In-die-Ferne-Starren, zögerlichen Antworten und ständigen Lebenskrisen die Aufmerksamkeit auf sich. Oft löst diese Verletzlichkeit eine Welle von Hilfsbereitschaft aus. „Arme Ichs“ sind aber an der Lösung ihrer Probleme nicht wirklich interessiert, denn dadurch würden sie die Quelle ihrer Energie verlieren. Sie lassen sich von anderen auch leicht zu Opfern machen, beschwerten sich aber anschließend darüber, dass alle nur auf ihnen herumtrampeln.





## DER UNNAHBARE

Menschen dieses Typs erscheinen oft mysteriös oder über den Dingen stehend. Sie sind immer auf Abstand bedacht, weil sie fürchten, einen fremden Willen aufgedrängt zu bekommen oder in ihren Entscheidungen hinterfragt zu werden. Ihre Lieblingsvokabel heißt „Freiraum“ und häufig vermeiden sie es auch, bindende Zugeständnisse zu machen. Tauchen Konflikte oder Konfrontationen am Horizont auf, so verschwindet der Unnahbare buchstäblich. Er



versteckt sich hinter dem Anrufbeantworter und hält Verabredungen nicht ein. Sein Verhalten im zwischenmenschlichen Umgang erscheint durch die - anfangs - geheimnisvolle Art oft reizvoll, entpuppt sich aber beim näheren Hinsehen als desinteressiert, unzugänglich, unzuverlässig herablassend oder sogar heimtückisch. Distanz ist seine Waffe und er setzt sie bedenkenlos ein, wenn es ihm in irgendeiner Form „zu eng“ wird. Er ist nahezu außerstande sich mit einer anderen Person gefühlsmäßig auseinander zu setzen und richtet durch sein Fluchtverhalten gerade in Liebesbeziehungen regelrechte Verheerungen an.



## Kapitel 8: Entstehung der menschlichen Kontroll-Dramen

Im Wesentlichen gibt es zwei aggressive und zwei passive Wege, um Energie zu kontrollieren. Daraus resultieren die unterschiedlichen Muster, die wir während unserer Kindheit gelernt haben. Indem wir unser spezifisches



*Du und ich: Wir sind eins. Ich kann dir nicht wehtun, ohne mich zu verletzen.*

Kontroll-Drama identifizieren, beginnen wir auch damit, uns von diesen beschränkenden Verhaltensweisen zu lösen. Sind wir uns erst einmal darüber bewusst, auf welche Weise wir den Energiefluss stoppen, der uns ja eigentlich zur Erfüllung unserer Lebensaufgabe leiten soll, so beginnen wir auch mit dem Erkennen unseres wahren Selbst. Menschen wetteifern um Energie, weil sie durch die Energie des anderen einen psychologischen Aufschwung erfahren. Deshalb sind wir gewöhnlich der Ansicht, Aufmerksamkeit, Liebe, Anerkennung und Unterstützung - allesamt Energieformen - von anderen Menschen erhalten zu müssen.

Ausgehend von den Interaktionen, die wir als Kinder mit unseren Eltern hatten, verfügen wir über mehr oder weniger perfektionierte Methoden, mit deren Hilfe wir Energie in unsere Richtung lenken. Der erste Schritt auf dem Weg zu einem bewussten Umgang mit diesem Verhalten besteht darin, dass wir uns über unsere Muster der Vergangen-



heit, unsere Ängste, die Fehlinformationen, sowie unsere Kontrollversuche gegenüber einem ungehinderten Energiefluss klar werden. Bereits sehr frühzeitig und unbewusst haben wir damit begonnen, uns an unsere Umgebung zu gewöhnen und anzupassen. Die Art und Weise, wie unsere Eltern uns behandelten und wie wir uns in ihrer Gegenwart fühlten, bildete die Teststrecke für die Verhaltensmuster, die wir zur Lenkung von Energie auf unsere Person adaptierten oder entwickelten. In die eigene Vergangenheit zurückzukehren, zurück zu den Anfängen des Familienlebens, bedeutet, die Kontrollmechanismen verstehen zu lernen. Erinnerung dich, dass die meisten unserer Familienmitglieder selbst ihre Kontroll-Dramen entwickelt haben, um die Energie von uns als Kindern abzuziehen. Deshalb haben wir überhaupt damit begonnen, Kontroll-Dramen zu entwickeln. Es war unsere einzige Chance, Energie zurückzugewinnen, und alle unsere Dramen stehen grundsätzlich in Bezug zu den Familienmitgliedern. Gelingt es uns jedoch, die energetische Dynamik unserer jeweiligen Familie zu erkennen, können wir hinter diese Kontrollstrategien schauen und einen Blick auf die wirklichen Abläufe werfen. Betrachten müssen wir uns diesbezüglich die vier Hauptmöglichkeiten der Ener-

giemanipulation, die in engem Zusammenhang miteinander stehen. Manche Menschen benutzen mehr als nur einen Weg, um Energie auf sich zu lenken, doch die meisten von uns haben ein vorherrschendes Kontroll-Drama, das sich bereits in der frühen Kindheit etabliert hat und häufig wiederholt wird.

### Die Basis von Kontroll-Dramen ist Angst

Jeder der oben erwähnten Kontroll-Mechanismen beruht auf der ursprünglichen Furcht, dass wir ohne die Verbindung zu unseren Eltern nicht überlebensfähig gewesen wären. Tatsächlich sind unsere Eltern die Basis für unser Überleben, **und wenn wir als Kinder** Energie benötigen, um



uns sicher zu fühlen, benutzen wir eines der Kontroll-Dramen, von dem wir wussten dass es funktioniert. Mit dem Wissen darüber, dass eine uns allen zugängliche universelle Energiequelle existiert, brauchen wir uns nun nicht länger mit unseren alten Kontroll- und Überlebensmustern zu identifizieren. Diese auf Angst basierenden Dramen zu transformieren, indem wir uns mit unserer inneren Quelle verbinden, ist gleichbedeutend damit, auf einer höheren feinstofflichen Ebene zu vibrieren. Werden diese Kontroll-Dramen ausreichend erhellt, so können sie in positive Attribute umgewandelt werden.



## Die Analyse der Kontroll-Dramen

Die „Gretchen-Frage“ die sich hier stellt ist: Was kann man tun, um aus seinen Kontroll-Dramen auszusteigen? Was sind die ersten Schritte? Man macht sich sein eigenes Verhalten bewusst: Der erste Schritt auf dem Weg zur Brechung des eigenen Musters besteht in der Bewusstmachung des Kontroll-Dramas, das man als Kind gelernt hat. Man beobachtet das eigene Verhalten, insbesondere dann, wenn man unter Stress steht oder unruhig wird. Ist man streitlustig, ungeduldig, engstirnig, ärgerlich oder bedroht und dominiert man andere Menschen? (Einschüchterer)



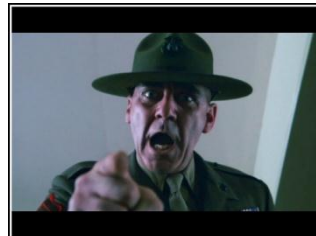
WAS BIN ICH?

Verdächtigt man andere oder hat man den Eindruck, nicht genügend Aufmerksamkeit von anderen zu erhalten? Stichelt man häufig oder macht man anderen Vorwürfen, oder verhöhnt man andere Menschen? (Vernehmungsbeamter) Wahrt man Distanz und spielt schwer-zu-kriegen, geht man Situationen aus dem Weg, in denen man etwas von sich zu erkennen geben müsste — aus Angst, man könnte sie dafür verurteilen? (Unnahbarer) Beschwerst man sich häufig und konzentriert sich auf bestimmte Probleme in der Hoffnung, andere werden zu ihrer Rettung herbeieilen? (Armes Ich)

Wie lange soll die Suche nach Liebe und Energie noch andauern?

Mache Dir bewusst, welchen Typus Du benutzt! Höre auf damit, ergänzende Dramen zu liefern. Achte darauf, wie Du im Alltag interagierst, und sei willens, sich gegebenenfalls aus dem Spiel zurückzuziehen.

Hast Du zum Beispiel verstärkt Begegnungen mit Einschüchterern? Wenn ja, so kommst Du Dir vermutlich schwach oder machtlos vor. Es könnte sein, dass Du versuchst, Energie von Deinen Gegenspielern zu erhalten, indem Du Dich selbst als Einschüchterer auf-



führst, weil Du an einen Energiemangel glaubst und deshalb der Ansicht bist, mit anderen um Energie wetteifern zu müssen. Fühlst Du Dich als Opfer Deiner Handlungen, so könnte die Reaktion darin liegen, dass Du versuchst, Deine Machtlosigkeit zu rechtfertigen, anstatt Verantwortung für Dein eigenes Leben zu übernehmen. Wirst Du bedroht oder eingeschüchtert, frage Dich am besten, an welchen Punkten Deines Lebens Du mit den eigenen Gefühlen von Wut und Ungerechtigkeit in Verbindung treten sollst. Auf welche Weise kannst Du Dein eigenes Leben in die Hand nehmen? Achte auf defensive Aussagen aus Deinem Mund, die darauf schließen lassen, dass Du Dich in den Status des Armen Ichs geflüchtet hast, umso Energie von anderen zu erhalten.

### **Stehen die Armen Ichs bei Dir Schlange, um ihre traurigen Geschichten bei Dir loszuwerden?**

**M**öglicherweise hast Du selbst mittlerweile damit begonnen, mehr Verantwortung für Dich zu übernehmen und wirst jetzt daran erinnert, nicht wieder andere verantwortlich zu machen. Vielleicht bist Du auch unsicher, deprimiert oder hast Angst, stehst jedoch mit diesen Gefühlen zurzeit nicht in Verbindung. In



diesem Fall hast Du die Gefühle Deines Armen Ichs nach außen projiziert. Es könnte sein, dass Du Dir den Rat an ein befreundetes Armes Ich selbst zu Herzen nehmen solltest. Spielt ein Vernehmungsbeamter in Deinem Leben eine vordringliche Rolle? Dann verbirgst Du möglicherweise Deine Gefühle und sagst zumindest in einem Bereich Deines Lebens nicht die ganze Wahrheit. Frage Dich selbst, ob Du Energie von der betreffenden Person abziehst. Möchtest Du ihm oder ihr auf diesem Wege etwas mitteilen, was Du nicht direkt ansprechen willst?

Kommst Du Dir ungenügend vor, versuchst aber anders zu erscheinen, als hättest Du alles fest im Griff? (Der Unnahbare)

### **Wie hast Du Deine Verbindung zur universellen Quelle verloren?**

**Verhält sich Dir gegenüber jemand unnahbar oder schwer zu erreichen, auf Distanz bedacht oder geheimniskrämerisch?**

## **Wünschst Du Dir ständigen Kontakt mit dieser Person und möchtest Du am liebsten jeden Gedanken kennen, jede Bewegung verfolgen und jedes der Motive erfahren?**

Vielleicht tust Du jener Person genau das an, was dieser Person als Kind durch einen Elternteil widerfahren ist — sie oder er wurde ständig befragt und überwacht. Vielleicht muss die betreffende Person sich so geheimniskrämerisch verhalten, um sich nicht in die Enge getrieben oder unter Handlungszwang zu fühlen. Rufe Dir ins Gedächtnis, dass Deine Reaktionen aus den Unsicherheitsgefühlen ihrer Kindheit resultieren und dort tiefe Wurzeln haben. Nimm Verbindung mit Deinem Innen auf. Achte darauf, ob Du unter Kritik oder Befragung dazu neigst, Dich zu versteifen. Steifheit, Kälte und Angstgefühle bestätigen den Verdacht, dass Du Dich im Wettstreit um Energie befindest und Dein inneres Zentrum verloren hast.

### **Die Benennung des Dramas.**

Letztlich sind alle Dramen nur verdeckte Bemühungen, an Energie zu gelangen. Solche Versuche funktionieren nicht mehr, sobald man sie zur Sprache oder ins Bewusstsein der jeweiligen Person bringt. Die Wahrheit wird sich in einem Gespräch schließlich immer durchsetzen. Danach muss dein Gegenüber aufrichtiger und ehrlicher sein. Die Benennung des Dramas fördert den wahren Kern einer Begegnung ans Tageslicht. Ein Drama zu benennen bedeutet nicht unbedingt, dass jeder seine Begegnungen stillschweigend analysiert und permanent in der Lage ist zu sagen, ob er einen Vernehmungsbeamten vor sich hat, der sich gerade unnahbar gibt oder in einem fort mit psychologischen Erklärungen aufzuwarten. Das Drama zu benennen bedeutet, zu erkennen, ob ein Kampf um Energie im Gange ist und ob man sich überrumpelt, festgefahren, unter Druck gesetzt oder machtlos fühlt. Es bedeutet ebenfalls, die Wahrheit der eigenen Gefühle nicht zu verlassen und die notwendigen Schritte zu unternehmen, und sich aus einer derartigen Situation zu entwirren. Werde wachsam, wenn Du Dich dabei ertappst, dass Du jemanden zu überzeugen versuchst, wenn Du Dich verteidigst und Dich bedroht oder schuldig fühlst, weil jemand Dich für seine Probleme verantwortlich macht. Fühlst Du Dich festgehalten, gefühllos und verwirrt, so befindest Du Dich in einem Machtkampf.

**Sich dieser Tatsache bewusst zu machen, reicht meistens aus, um anschließend eine Entscheidung darüber zu treffen, ob Du den Kampf um Energie fortsetzen oder der Situation eine andere Dynamik geben willst.**

Vergiss aber nicht, dass die Benennung des Dramas sich schwieriger gestalten kann, wenn die Situation emotional aufgeladen oder Angst mit im Spiel ist. Wichtig ist, die Wahrheit an den Tag zu bringen. Projiziere auf jeden Fall Liebe und Verständnis auf die andere Person und vertraue darauf, dass Deine innere Stimme Dir raten wird, wann es angebracht ist zu sprechen. Experimentiere mit den unterschiedlichen Herangehensweisen. Hier also nur einige in Gegenwart eines Einschüchterers: „Weshalb bist du so verärgert?“ „Mir scheint, als möchtest du, dass ich Angst vor dir habe.“ bei eines Vernehmungsbeamten: „Ich mag dich, aber in deiner Gegenwart fühle ich mich kritisiert.“ „Gibt es außerdem eben angesprochenen Thema noch etwas anderes, was dich stört?“ einige Möglichkeiten: in Gegenwart von Unnahbaren: „Ich habe den Eindruck, dass du dich von mir zurückziehst und auf Distanz bedacht bist. Wie fühlst du dich?“ in Gegenwart von Armen Ichs: „Ich habe den Eindruck, dass du mich für die negativen Umstände in deinem Leben verantwortlich machst.“ „Vielleicht beabsichtigst du es nicht, aber ich habe das Gefühl, dass du versuchst, mir Schuldgefühle einzuflößen.“



## LIEBE

ALTER SCHÜTZT VOR LIEBE NICHT,  
ABER LIEBE SCHÜTZT BIS ZU  
EINEM GEWISSEN GRADE VOR ALTER.

JEANNE MOREAU

Mache Dir nichts daraus, wenn Du am Anfang unbeholfen klingst. Du bist im Begriff ein altes Muster zu verändern, das Dich durch Dein ganzes bisheriges Leben begleitet hat und es kann durchaus sein, dass Du mit dieser Energie anfänglich nicht allzu geschickt umgehst. Oftmals ist der offensichtliche Gegenstand einer Auseinandersetzung nicht der wirkliche Grund für den Streit. Suche nach der Wahrheit hinter dem Offensichtlichen. Schau hinter die Dramen, auf die wirklichen Personen.



**Bleibe in Kontakt mit Deiner eigenen inneren Quelle und vergiss nicht, der anderen Person so viel Energie wie möglich zukommen zu lassen.**

**Wie wir ja bereits wissen, hat jede Person, die uns begegnet, eine Botschaft für uns und wir haben eine für sie.**

In einem aussichtslosen Kampf um Energie entgeht uns die Botschaft. Deshalb sollten wir uns bemühen, die Person nach der Benennung des Dramas ohne vorgefasste Meinung oder Urteil wahrzunehmen und ihr freiwillig Energie zu über-

lassen, damit sie wiederum in der Lage ist, Energie aufzunehmen und sie an uns wieder abzugeben. Achte auf Indizien, die auf die wirklichen Vorgänge in Menschen schließen lassen. In der Hitze des Gefechtes rief ein Einschüchterer zum Beispiel: „ich habe die Nase voll von diesen Leuten. Ich bin es satt, herumgeschubst zu werden. Seit meiner Kindheit werde ich herumgestoßen“. Diese Worte sollten den anderen Person helfen, die gerade dabei sind, in den Modus des Armen Ich zu schlüpfen, zu erkennen, dass die Probleme ihres Gegenübers eigentlich nichts mit einem zu tun haben, sondern älteren Ursprunges sind und weitaus tiefer reichen. Im folgenden Gesprächsverlauf kann man deshalb vertraulicher und mitfühlender mit seinem Gegenüber umgehen. Haben wir einmal verstanden, in welches Kontroll-Drama der andere involviert ist, so betrachten wir uns und die andere Person so objektiv wie möglich. Wie ähnelt die andere Person Deinen Eltern? Reagierst Du manchmal so, wie Du als Kleinkind reagiert hast? Es kann hilfreich sein, seine Begegnungen und seine Gefühle dabei niederzuschreiben. Gestatte Dir, etwas aus jeder Situation zu lernen, und vermeide es, den Lauf der Dinge permanent zu bewerten und zu beurteilen. Was uns an anderen stört, ist gewöhnlich genau das, worauf wir bei uns selbst schauen müssen. Meistens sind wir jedoch nicht bereit, dies zu tun. Mit dem Finger auf andere zu zeigen, bedeutet andere zu beschämen, anstatt sie zu verstehen. Mit dem Finger auf andere zu zeigen hilft nicht bei der Suche nach der Wahrheit. So verlieren alle Beteiligten an Energie, und als Resultat werden die Probleme immer ungelöst bleiben. Stelle Dir bitte folgende Fragen:

**Was kannst Du aus dem augenblicklichen Kontroll-Drama lernen?**

**Neigst Du dazu, Dinge persönlich zunehmen, selbst wenn es dabei gar nicht um Dich geht?**



## Versuchst Du, Dir die Schwächen anderer zunutze zu machen?

**S**ei willens, Dich aus einer Situation zurück-zuziehen, sobald Du den Eindruck gewinnst, Dich festgefahren zu haben. Zum Beispiel neigen Arme Ichs dazu, sich an ihr Drama zu binden, indem sie dauernd bemüht sind, ihren Einschüchterern oder Vernehmungsbeamten etwas zu erklären, sie zu überzeugen oder sich vor ihnen



zu verteidigen. Sollte dies bei Dir der Fall sein, so achte einmal darauf, wie viel Zeit Deines Lebens Du damit verbringst, Dein Gegenüber obsessiv von etwas zu überzeugen. Sobald Du Deine Notwendigkeit, durch diese überkommenen Methoden Energie an sich zu binden, aufgibst, wirst Du auch in der Lage sein, der Versuchung, andere zu überzeugen, zu widerstehen. Einschüchterer sind süchtig nach dem Adrenalinstoß, den sie nach der Überrumpelung eines anderen oder nach einer gewonnenen Auseinandersetzung empfinden. Solltest Du zu den Einschüchterern gehören, so frage Dich, was Du Dir am meisten wünschst. Musst Du es auf diese Weise erlangen? Triff eine bewusste Entscheidung, flexibler und offener zu sein; höre auf damit, alles kontrollieren zu wollen. Eine Zusammenarbeit Vernehmungsbeamte sind in der Illusion ihrer Selbstgerechtigkeit verhaftet. Solltest Du zu diesen Menschen gehören, so versuche, die Situation von einem anderen Blickwinkel aus zu sehen.

## Was könntest Du daraus lernen?

**S**ei willens, über Deine wirklichen Gefühle zu sprechen, und unternimm selbst etwas, um Energie für sich zu gewinnen, anstatt jemanden zu verfolgen, der sich Dir entzieht. Unnahbare versuchen ihre Ängste, Selbstzweifel und Verwirrung zu verbergen. Sollte dies bei Dir der Fall sein, so scheue Dich nicht länger, andere um Hilfe zu bitten. Gebe zu, dass nicht alles so läuft, wie es könnte. Welche Form der Unterstützung benötigst Du in Deiner gegenwärtigen Position? Sei willens, auf andere zuzugehen.

## *Was wir von unseren Dramen lernen können*

BEZIEHUNGEN ZU DEN ELTERN SPIEGELN SICH IN ANDEREN BEZIEHUNGEN  
WIEDER.

JEDE SITUATION BIRGT EINE BOTSCHAFT FÜR MICH. (HINHÖREN UND SEHEN)

DER KÖRPER GIBT HINWEISE. (UNWOHLSEIN ALS HILFSMITTEL)

DIE WAHRHEIT SAGEN UND ÜBERLEBEN. (ÖFFENTLICHKEIT)

UM HILFE BITTEN. (HILFE ZULASSEN)

*EINEN ANDEREN BLICKWINKEL EINNEHMEN (DIE NEUE SICHTWEISE)*

### **Fortschritt statt Perfektion**

**D**as Leben ist eine Reise und kein Endresultat, und es ist wichtig, uns und andere so zu akzeptieren, wie wir/sie sind. Auch wenn wir andere nicht mögen und uns ihr Verhalten missfällt, geht es im Leben letztlich darum, Erfahrungen zu machen und uns selbst in eine liebende Verbindung mit anderen zu bringen. Schuldzuweisungen, Verurteilungen, sowie unseren Fortschritt, oder unser Stadium der Erleuchtung mit dem anderen Menschen zu vergleichen, ist wenig hilfreich. Behalten wir das in Erinnerung und verlieren wir unseren Humor nicht, während wir daran arbeiten, unsere Kontroll-Dramen loszuwerden.



Wann immer dazu Gelegenheit ist, sollten wir versuchen, in unserem Inneren einen Zustand friedlicher Ganzheit herzustellen. Und wenn alles nicht so funktioniert, wie wir es uns vorgenommen haben, oder nicht gleich so kommt, wie wir das so

wünschen, dann verzagen wir nicht, sondern sind mit uns nachsichtig. Denn es ist sehr schwer, alte Muster wieder loszulassen oder loszuwerden. Gehen wir also nicht allzu stark mit uns ins Gericht. Lassen wir uns Zeit bei der Veränderung dieser Basis. Irgendwann haben wir diese verändert und dann haben wir es geschafft. Zusammenfassung Die Grundlage aller Überlegungen ist also:

**W**as passiert, wenn wir den Kontakt oder unsere innere Verbindung zur göttlichen Quelle verlieren. Geschieht dies, so versuchen wir uns oftmals zu retten, indem wir unbewusst daran gehen, andere manipulativ um ihre Energie zu bringen. Diese Manipulationen sind gewöhnlich entweder passiver oder aggressiver Natur. Am passivsten ist dabei das auch als „Armes Ich“ bekannte Opfer: Es stellt sämtliche Ereignisse in einen negativen Kontext, sucht Hilfe bei anderen und beschreibt Ereignisse vor allem mit der Absicht, anderen Schuld zu suggerieren (um sie auf diese Weise zur Abgabe von Aufmerksamkeit und Energie zu zwingen). Weniger passiv ist die Distanzierung von anderen oder die Strategie des „Unnahbaren“: Ausweichende Antworten und lose Zusagen bringen andere Menschen dazu, ihn zu verfolgen, um ihn zu verstehen. Bemühen andere sich auf diese Weise herauszubekommen, was er im Schilde führen könnte, so gewinnt er Aufmerksamkeit und somit Energie.



**A**ggressiver als diese beiden Typen ist der Kritiker oder „Vernehmungsbeamte“: Er ist vor allem damit beschäftigt, Fehler im Verhalten anderer aufzufinden. Er tappt er die anderen bei einem Fehler, so werden sie unsicher, übervorsichtig, und machen sich Sorgen darüber, was andere von ihnen halten. Ständig beobachten andere ihn aus den Augenwinkeln und lassen ihm auf diese Weise Aufmerksamkeit und Energie zukommen. Am aggressivsten ist der „Einschüchterer <-Typus“: Unberechenbar, explosiv, gefährlich und streitlustig. Ständig verfolgen andere diesen Typus mit ihrer Aufmerksamkeit und lassen ihm so Energie zukommen. Da wir dazu neigen, diese Manipulationen mit jedem Menschen, der uns begegnet, zu wiederholen und unser Leben um diese Energie-Attacken herum zu strukturieren, kann an sie als Kontroll-Dramen begreifen. Sich wiederholende Muster, die immer wieder die gleichen Lebenssituationen produzieren. Werden wir uns dieser Kontroll- Dramen bewusst und erkennen, in welchen Situationen wir uns ihrer bedienen, wird es auch einfacher, mit unserer inneren Energie in Verbindung zu bleiben.

Eine Analyse der frühen Kindheit verdeutlicht, woher unsere Kontroll-Dramen stammen. Ist der Grund für die Entstehung der Dramen einmal bearbeitet und vergeben, können wir auch den tieferen Grund für unsere Anwesenheit in unserer Familie erkennen. Anhand der Stärken unserer Eltern und aus bestimmten von ihnen unerledigt gelassenen Wachstumsfragen können wir unsere Lebensfrage sowie unsere Aufgabe oder Mission auf dieser Welt ableiten.

## Von Energie zur Manifestation



Alles was wir erleben, lässt sich auf Energie zurückführen. Wir programmieren unsere Gedanken und unsere Taten mit dieser Energie. Gedanken und Taten können bewusster oder unbewusster Natur sein. Jeder Mensch kann frei über die Polarität seiner Gedanken und Taten entscheiden. Die Polarität kann positiv, negativ oder neutral sein. Man kann sowohl auf dem positiven als auch auf dem negativen Pfad erfolgreich sein und die eigenen Ziele erreichen. Den neutralen Pfad zu beschreiten, bedeutet, dass man keine Entscheidung trifft und man Dinge einfach geschehen lässt.

## Der negative Pfad

Der negative Pfad steht für eigennütziges Verhalten. Hier lernt man möglichst gut das Verhalten anderer durch verschiedene Mechanismen zu kontrollieren. Es geht darum, alles, was man besitzt oder erreicht hat, so gut wie möglich festzuhalten.



Um den negativen Pfad perfekt zu meistern muss man die folgenden 4 Kontrolldramen beherrschen:

- a. Der/Die Unnahbare - man zieht sich aus Unterhaltungen mit anderen zurück
- b. Das arme Ich - man beschwert sich ständig über alles und schwelgt in Selbstmitleid
- c. Einschüchterer - man sorgt dafür, dass sich andere Menschen schlecht fühlen
- d. Der Vernehmungsbeamte - man stellt Fragen, die andere Menschen aus der Fassung bringen

Aus energetischer Sicht sind Menschen, die sich auf dem negativen Pfad befinden Energiediebe. Sie ernähren sich über die Lebenskraft anderer und manipulieren Menschen, damit diese ihre Lebensenergie freisetzen und sie sich diese Energie einverleiben können. Viele Menschen, die sich auf dem negativen Pfad befinden, sind sich über diese Mechanismen nicht bewusst, ihr Verhalten ist somit unbewusst. Wenn man sich die Mechanismen der Kontrolldramen bewusst macht, kann man sie deutlich effizienter einsetzen, um andere zu manipulieren. Kontrollierende Menschen brauchen stets andere Menschen in ihrem Umfeld, um sich wohl zu fühlen, denn wenn sie allein sind, haben sie niemanden von dem sie Lebensenergie abgreifen können. Auf diesem Pfad entsteht immer eine Gewinner-Verlierer-Beziehung, denn eine Person gibt Lebensenergie an eine andere Person.



**Gefühle, Eigenschaften und Handlungen, die mit diesem Pfad assoziiert werden sind: Hass, Zorn, Sorge, Neid, Angst, Lügen, Betrügen, Stehlen, Stress, Habgier, Streiten, Täuschen und Wettbewerb.**

## *Der positive Pfad*

**D**er positive Pfad steht für selbstloses Verhalten. Hier geht es darum zu lernen, wie man loslässt und andere Menschen unterstützt - also das exakte Gegenteil als an allem festzuhalten und anderen etwas wegzunehmen. Andere zu unterstützen bezieht sich hier speziell auf Lebensenergie, denn wenn man sich auf diesem Pfad begibt, weiß man bereits, dass man unbegrenzt Lebensenergie aus einer höheren Quelle beziehen kann und deshalb diese Energie freizügig mit anderen teilen kann. Um Lebensenergie aus dieser höheren Quelle zu beziehen, muss man seine Chakras in Einklang bringen. Auf diesem Pfad lebt man sein Leben in der Gewissheit, dass das Universum auf dem Resonanzprinzip basiert und dass die Dinge, die man absichtslos schenkt wieder in veränderter Form zu einem zurückkommen, wodurch eine positive Rückkopplung entsteht.



**Auf diesem Pfad entsteht zwischen Menschen immer eine Gewinner-Gewinner-Beziehung. Um auf dem positiven Pfad Erfolg zu haben, bedarf es Weisheit, denn wenn es einem an Weisheit mangelt, wird man durch Menschen, die sich auf dem negativen Pfad befinden, so manipuliert, dass man vom positiven Pfad abkommt.**

Die 5 Kernaspekte des positiven Pfades sind:

- a. Liebe - man ist stets freundlich und liebevoll gegenüber anderen Menschen
- b. Erkenntnis - man ist sich stets bewusst über die eigenen Gedanken und Taten
- c. Verständnis - man ist verständnisvoll gegenüber der Ignoranz anderer Menschen
- d. Wachstum - ist ein Resultat von Liebe, Erkenntnis und Verständnis
- e. Heilung - ist ein weiteres Resultat von Liebe, Erkenntnis und Verständnis



**Gefühle, Eigenschaften und Handlungen, die mit diesem Pfad assoziiert werden sind: Mitgefühl, Gebend, Helfend, Verantwortung, Ehrlichkeit, Integrität**

### ***Der neutrale Pfad***

Die breite Mehrheit der Bevölkerung befindet sich weder auf dem positiven noch auf dem negativen Pfad, denn sie sind sich nicht darüber bewusst, dass sie zum Schöpfer ihrer eigenen Lebenserfahrung werden können. Sie geben weder permanent Lebensenergie an andere, noch nehmen sie permanent Lebensenergie von anderen auf und sie bevorzugen es, wenn sich möglichst wenig in ihrem Leben ändert. Das Motto des neutralen Pfades ist: "Chaos - Auslöser haben vieldeutige, verworrene Nebenwirkungen". Dies bedeutet, dass man aufgrund von Unwissenheit darüber, wie man Ereignisse im eigenen Leben manifestiert, manchmal etwas Positives und manchmal etwas Negatives manifestiert. Die Manifestationen haben dabei oft unbeabsichtigte Nebenwirkungen, weil man nicht exakt spezifiziert hat, was man haben wollte. Aus energetischer Sicht sind Menschen auf dem neutralen Pfad ein Energie-Jo-Jo, weil sie permanent zwischen geben und nehmen wechseln, was häufig zu Konflikten führt und somit ein gewissen Maß an Chaos im Leben zur Folge hat.



### **Veränderungen in Ihrem Leben**

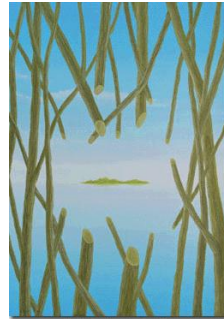
Wenn man sich über die Möglichkeit der Wahl bewusst geworden ist und sich zwischen positiven und negativem Pfad entschieden hat, führt dies automatisch zu Veränderungen im eigenen Leben: Ereignisse und Personen, die zu diesem neuen Pfad passen, werden in Ihr Leben treten, während Ereignisse und Menschen, die nicht mehr zu Ihnen passen, werden Ihr



Leben verlassen. Viele Aspekte Ihrer Lebenserfahrung während dieser Übergangsphase werden speziell auf Sie zugeschnitten sein, so dass z.B. Themen aus früheren Erfahrungen Ihres Lebens erneut hochkommen. Wenn man aufmerksam ist und auf Hinweise und Muster achtet, kann man vieles was in diesem Artikel beschrieben wird, im eigenen Leben wiederfinden. Ein Aspekt auf den man besonders achten sollte sind Träume. Träume werden Sie in Ihrer Wahl eines neuen Pfades unterstützen und sie an ungelöste Themen der eigenen Vergangenheit erinnern, die der Heilung bedürfen.

### **Ausbrechen aus Kontrolldramen**

**W**ährend der Kindheit werden uns auf unbewusste Weise Kontrolldramen beigebracht, indem wir das Verhalten anderer Menschen beobachten. Bei allen Kontrolldramen geht es um Lebensenergie. Für einige Menschen sind sie der einzige Weg, wie sie ihren Bedarf an Lebensenergie decken können. Jede Teilnahme an Kontrolldramen zieht Sie in Richtung negativer Polarität. Kontrolldramen können durch Worte, Taten und Gedanken eingeleitet werden.



### **Definition der 4 Rollen in Kontrolldramen**

- a. **Einschüchterer** : Jegliche Form von verbalen oder physischen Missbrauch. Kann auf Gesten, Blicken oder Körpersprache basieren. Jeder Mensch der herumschreit oder streitsüchtig ist, versucht andere einzuschüchtern
- b. **Das arme Ich** : Stets depressiv, beklagt sich ständig über das eigene Leben, nie glücklich, hat stets ein Gebrechen und muss ständig darüber sprechen um sich wohl zu fühlen (um Lebensenergie von anderen Menschen durch deren Sympathie und Mitleid abzugreifen)
- c. **Vernehmungsbeamte** : Stellt Fragen, um etwas sehr persönliches zu offenbaren
- d. **Der/Die Unnahbare** : Jemand, der nicht gerne Fragen beantwortet



Kontrolldramen existieren stets in Beziehungen, wo die Beteiligten sich nicht auf Augenhöhe begegnen und dadurch gegenseitige Abhängigkeiten entstehen:

Das Gegenstück zum Einschüchterer ist der Das arme Ich, das Gegenstück zu den Vernehmungsbeamten ist der Distanzierte.

### **Kontrolldramen können freiwillig oder unfreiwillig sein**

**F**reiwillige Kontrolldramen beinhalten Lügen und Täuschung aus Eigennutz oder Gier. Sie sind freiwillig, weil Menschen, die sie anwenden, jederzeit damit aufhören könnten, sie aber trotzdem benutzen, um andere zu kontrollieren. Unfreiwillige Kontrolldramen werden von Autoritätspersonen verwendet (Eltern, Firmen, Regierungen).



Kontrolle kann hier in Form von Drohungen ausgeübt werden, mit dem Ziel Angst zu schüren. Sie werden oft angewendet, wenn eine Person verantwortungslos handelt (im Fall eines Kindes vielleicht, weil es das Kind nicht besser weiß). In diesen Fällen wird eine Autoritätsperson eingesetzt, um diese Menschen zu kontrollieren. Dieser Mechanismus wird auch vom Universum eingesetzt, um selbstverletzendes Verhalten aufgrund von Ignoranz zu vermeiden.

### **Kinder und Kontrolldramen**

**K**inder lernen Kontrolldramen bereits von klein auf. Es beginnt mit etwas völlig natürlichem: Wenn ein Baby ein unbefriedigtes Bedürfnis hat, kann es nur durch Schreien darauf aufmerksam machen. Auf diese Weise lernt das Kind, dass die Rolle des Einschüchterers perfekt funktioniert, denn jedes Mal wenn es schreit, kommt

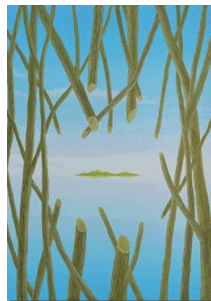


jemand und kümmert sich um seine Bedürfnisse. Eine Analyse der von Kindern eingesetzten Kontrolldramen hat gezeigt, dass Kinder das Kontrolldrama des ihnen

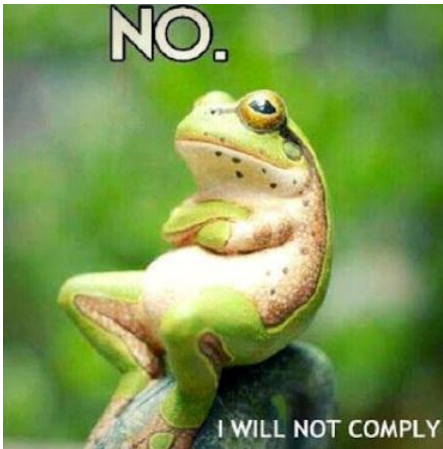
näherstehenden Elternteils am besten beherrschen. Kinder übernehmen also unbewusst die Kontrollstrategien ihrer Eltern. Kontrolldramen werden auch durch das Bildungssystem unterstützt, da dies Konkurrenzdenken forciert. Viele Jungen werden erzogen aggressiv zu sein (Zeig keine Ängste, zeig dass Du stärker bist als die anderen Kinder). Speziell Sport ist in diesem Fall ein gutes Training, denn man kann andere übertrumpfen und fühlt sich gut dabei, weil man unbewusst von den Verlierern Energie absaugt. Dies setzt sich auch im Teenager-Alter fort: Kinder, die besonders beliebt sind - z.B. weil sie über Charisma verfügen - lernen schnell, wie sie Gleichaltrige in Kontrolldramen verwickeln können, um von ihnen Energie abzusaugen. Ohne Bewusstheit und Verstehen dieser Mechanismen gibt es keinen Weg aus den Kontrolldramen auszubrechen, denn - wie bereits erwähnt - sind sich die meisten Menschen völlig unbewusst darüber, dass sie Kontrolldramen bei anderen anwenden. Es ist eine Gewohnheit, die sie als Kind übernommen haben, und sie wissen nicht, dass es Alternativen zu diesem Verhalten gibt.

### Wie man aus Kontrolldramen ausbricht

Die zwei Kernaspekte, um aus Kontrolldramen auszubrechen, sind Bewusstheit und Verständnis. Man kann nur aus einem Kontrolldrama ausbrechen, wenn man sich über die Existenz von Kontrolldramen bewusst ist, wenn man weiß, in welchem Kontrolldrama man gerade involviert ist, welche Rolle man darin spielt und wer das Kontrolldrama begonnen hat. Wenn man über Bewusstheit und Verständnis verfügt, braucht man eigentlich nur die eigenen Energie - speziell Gefühle und Emotionen - managen. Methoden hierfür sind: Zentrierung, Kontrolle des Atems, Übungen zum Loslassen und inneren Frieden in sich selbst zu finden. Diesen inneren Frieden kann man am besten dadurch aufrechtzuhalten, indem man emotionale Anhaftungen zu bestimmten Trigger Worten auflöst. Hierbei ist es wichtig zu verstehen, dass eine Person, die ein Kontrolldrama startet, in Ihnen einen emotionalen Ausbruch auslösen will, über den sie an Ihre Lebensenergie gelangt.



Die meisten Kontrolldramen beginnen damit, dass man das Bedürfnis verspürt, einer anderen Person zu beweisen, dass sie im Unrecht ist. Der einzige Weg, diese Situation zu vermeiden, ist, genügend Selbstvertrauen aufzubauen, dass man nicht mehr das Bedürfnis verspürt, im Recht zu sein und einfach zu akzeptieren, dass das Gegenüber eben anderer Meinung ist.



Die effizienteste Methode, um Kontrolldramen zu vermeiden, ist einfach nicht mitzuspielen, wenn jemand versucht, Sie in eines zu verwickeln. Es geht hier einfach darum nicht so zu reagieren, wie es sich das Gegenüber erhofft. Wenn Ihr Gegenüber merkt, dass er mit seiner Strategie scheitert, kann es passieren, dass er das Kontrolldrama auf eine höhere Stufe hebt (z.B. indem er anfängt Sie anzuschreien) oder indem er spontan zu einem anderen Kontrolldrama wechselt (z.B.

vom Einschüchterer zum Das arme Ich).

**E**ine andere Möglichkeit ist, dass der Initiator des Kontrolldramas auf unbewusster Ebene merkt, dass er hier gerade mehr Energie einsetzt als er zurückbekommt und er einfach aufgibt. Wenn man mehrere Male erfolgreich darin war, Kontrolldramen abzuwehren, wird man merken, dass andere Menschen gar nicht mehr versuchen einen in eines zu verwickeln, weil sie bereits vorher wissen, dass sie von Ihnen keine Energie bekommen werden. Wenn man sich mitten in einem Kontrolldrama befindet und man keinen Weg sieht, um daraus auszubrechen, hat es sich als gute Strategie erwiesen einfach zu sagen "Ich verstehe Ihren Standpunkt" denn dies zerstreut die Spannung der Situation und bringt den Angreifer durcheinander. Es ist ebenfalls wichtig, dass man nicht versucht Experte in Kontrolldramen zu werden, indem man versucht andere mit ihnen zu kontrollieren. Sie würden dabei schnell feststellen, dass alles was man versucht zu kontrollieren am Ende sie selbst kontrollieren wird. Dieses Gesetz gilt für alle Leben Aspekte (Geld, Beziehungen, etc.) wenn man nur einen ausreichenden Zeitraum betrachtet.

**A**ndere zu kontrollieren bedeutet auch, zu versuchen ihnen Wissen aufzudrängen oder ihnen zu sagen, wie sie ihre Probleme lösen sollten. Es ist nicht Ihre Aufgabe, die Probleme anderer Menschen zu lösen. Was sie tun können, ist, ihnen darzulegen, wie Sie die Situation und mögliche Handlungsoptionen einschätzen, sowie welche Folgen die einzelnen Optionen haben könnten. Sie können jedoch nicht einfach die Entscheidung für die andere Person treffen, denn es geht hierbei darum den individuell gewählten Weg jedes Menschen zu achten und in Erwägung zu ziehen, dass Sie vielleicht nicht erkannt haben, welche Lektion diese Person aus dieser Situation lernen soll. Wenn Sie einer anderen Person die Verantwortung für

die Lebensentscheidung abnehmen, indem Sie der Person Ihr Wissen aufnötigen, limitieren Sie die Wachstumschancen der Person und starten außerdem ein Kontrolldrama, selbst wenn Sie das nicht beabsichtigt hatten.

**A**bschließend bleibt zu sagen, dass Sie Kontrolldramen nur überwinden können, wenn Sie Ihr Bewusstsein erhöhen, sich über die Kontrolldramen bewusst werden und aufhören in ihnen mitzuspielen. Sie können sich darauf verlassen, dass Sie keine Kontrolldramen mehr erleben werden, sobald Sie der Notwendigkeit Kontrolldramen zu erleben entwachsen sind. Wenn Sie Ihrer Gewohnheit, in Kontrolldramen mitzuspielen, ändern, helfen Sie dadurch auch anderen Menschen sich zu ändern, denn diese Menschen werden dadurch merken, dass sie mit ihren bewährten Strategien nicht mehr ankommen und sich ebenfalls ändern müssen.



# Lernen aus Erfahrung



Alle Erfahrungen, die wir im Leben machen, bieten die Chance daran zu wachsen. Die Realität, in der wir leben, stellt optimale Lebensumstände bereit, um schnelles Wachstum zu ermöglichen, hierzu wird jeder Mensch mit genau den Dingen konfrontiert, an denen er am effizientesten wachsen kann. Bevor wir erfolgreich wachsen können, müssen wir zunächst verstehen, wozu wir mit bestimmten Situationen und Umständen konfrontiert werden. Wenn dieses Verständnis fehlt, kann man aus der Erfahrung nichts lernen und es ist sehr wahrscheinlich, dass man mit derselben Erfahrung erneut konfrontiert wird, allerdings auf eine deutlichere und unangenehmere Weise, damit es schwieriger wird, die Augen vor den Dingen zu verschließen, die gelernt werden sollen. Lernblockaden sind auf der rechten Seite des oben stehenden Bildes aufgelistet: Hass, Zorn, Sorge, Neid, ...

## **Andere beschuldigen uns getäuscht zu haben**

**W**enn man versteht, dass man selbst alle Lebensumstände und Erfahrungen im eigenen Leben manifestiert, muss man auch die Verantwortung dafür übernehmen, dass man es zugelassen hat, von anderen getäuscht bzw. belogen zu werden. Solange einem dieses Verständnis - bzw. die Bereitschaft einen Teil der Verantwortung selbst zu übernehmen - fehlt, bleibt man ein williger Teilnehmer im Spiel der Täuschung. Der einzige Weg aus diesem Kreislauf besteht darin, sich über die Mechanismen bewusst zu werden und die Situation zu transzendieren.

## **Ehrlichkeit ohne Weisheit ist negativ**

**W**er schonungslos ehrlich gegenüber anderen Menschen ist, kann sie verletzen und so ihr Wachstum behindern. Obwohl Ehrlichkeit ein Aspekt des positiven Pfades ist, muss Ehrlichkeit mit Weisheit kombiniert werden. Nur dann kann man verstehen, wie viel Wahrheit ein anderer Mensch verträgt, so dass diese Wahrheit zu seinem persönlichen Wachstum beitragen kann.

## **Erwartung und Vorahnung**

**W**enn man eine Erwartung bezüglich des Ausgangs eines Prozesses hat, tendiert man dazu das Endergebnis bereits vorab als bekannt anzusehen. Selbst wenn dies nur in Gedanken geschieht, ist diese Handlung Teil eines Kontrolldramas. In diesem Fall verschwendet man nicht nur eigene Energie, sondern man verhindert auch noch die Manifestation des erwarteten Ergebnisses, durch den Aufbau eines energetischen Überschusspotentials.

## **Polarität von Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Wünschen**

**W**enn man etwas als Notwendigkeit definiert, verbindet man damit automatisch ein Kontrolldrama, denn nun muss man die äußeren Umstände kontrollieren, um die Notwendigkeit zu erfüllen. Notwendigkeiten sind somit generell Aspekte des negativen Pfades. Bei einem Wunsch gibt es keine Anhaftung und kein Bedürfnis etwas zu kontrollieren. Wenn der Wunsch erfüllt wird, ist das natürlich schön, aber wenn er nicht erfüllt wird, geht die Welt davon auch nicht unter. Somit gibt es keinen inneren Widerstand was die Erfüllung von Wünschen betrifft. Bedürfnisse können sowohl positive als auch negativ belegt sein, abhängig von den jeweiligen Umständen der Situation. Man kann den Bewusstseinszustand einer Person daran erkennen, wie sie diese drei Begriffe verwendet. Es ist stets einfacher bestimmte Aspekte oder Fehler bei anderen Menschen zu erkennen als bei sich selbst. Ein Grund dafür, dass andere Menschen in unser Leben treten, ist häufig ihre Funktion als Spiegel von Aspekten an denen wir selbst noch zu arbeiten haben.

## **Unterbewusstsein und Verstand**

**U**nser Unterbewusstsein hat all unsere Schmerzen, Traumata, Erinnerungen, Wissen, Instinkte und Erfahrungen gespeichert. In ihm sind alle Programmierungen aus der Vergangenheit abgelegt.

Mit unserem Verstand treffen wir vernunftbasierte Urteile und Entscheidungen. Der Verstand bezieht alles stets auf die Gegenwart.

Jegliche Gedanken über Ereignisse aus der Vergangenheit sind Erinnerungen die unser Unterbewusstsein an unseren Verstand übermittelt, damit sie erneut bearbeitet werden.

Der Konflikt, in dem sich die meisten Menschen befinden ist, dass sich ihr Verstand auf dem positiven Pfad befindet aber ihr Unterbewusstsein eine große Menge an Negativität gespeichert hat. Es bombardiert damit permanent den Verstand, um die Negativität durch Transformation loszuwerden. Transformation kann aber nur durch Verständnis erfolgen, wodurch Wachstum und Heilung erreicht werden und die Negativität verschwindet. Da die meisten Menschen davor zurückschrecken sich der Negativität zu stellen, haben sie eine Mauer zwischen Verstand und Unterbewusstsein errichtet. Doch es kommt immer wieder vor, dass die Mauer undicht wird und doch etwas Negativität durchkommt.

Diese Mauer abzubauen ist ein Prozess, den jeder Mensch irgendwann im Leben durchlaufen sollte, denn sonst kann es zu unkontrollierten Ausbrüchen negativer Emotionen kommen, die zu einem psychischen Zusammenbruch oder Geisteskrankheiten führen können.

### **Selbstliebe und Anerkennung**

**W**enn man nicht gelernt hat, sich selbst zu lieben, wird man sein ganzes Leben auf der Jagd nach Anerkennung durch andere Menschen sein, um diese innere Leere zu kompensieren. Menschen, die das Gefühl haben, von ihren Eltern nicht genügend Anerkennung erhalten zu haben, tendieren dazu Übereifer zu entwickeln und dadurch in selbstverletzende Handlungen zu verfallen - wie z.B. zum Workaholic zu werden.

### **Spirituelle Reinhaltung der Wohnung**

**J**eder Mensch verbindet bestimmte Erinnerungen mit Gegenständen, die er in der Wohnung hat. Diese Erinnerungen können Gedanken oder Gefühle an den Zeitpunkt sein, als man den Gegenstand erhalten hat oder an die Person, die einem den Gegenstand geschenkt hat. Sollte man feststellen, dass beim Anblick eines Gegenstandes negative Erinnerungen hochkommen, sollte man den Gegenstand aus der Wohnung entfernen, denn sonst wird er einem bei jedem Anblick neue negative Gedanken bereiten. Wenn man - vielleicht einmal pro Jahr - eine solche spirituelle Reinigung der Wohnung vornimmt und eine Reihe von Gegenständen entfernt, wird man sich über die emotionale Erleichterung wundern, die man danach wahrnimmt.

### **Limitierende Gedanken**

**S**ie sind, was sie denken und sie werden zu dem, dem sie sich aussetzen. Deshalb ist es wichtig, die eigenen Gedanken bewusst zu wählen und darauf zu achten, wie andere Menschen die eigenen Gedanken beeinflussen. Dadurch dass man limitierende Gedanken anderer Menschen als Wahrheit anerkennt, limitiert man sich selbst in dem, was man erreichen kann.



## **Alle Erfahrungen sind eine Reflektion dessen, was in uns geschieht**

**U**nser Bewusstsein und unsere gesamte Energie bringen Ereignisse und Umstände in unser Leben. Wenn Sie ein dramatisches Erlebnis haben, sollten Sie sich fragen, welcher Aspekt von Ihnen, diese Erfahrung in ihr Leben gebracht hat. In der Regel stößt man dabei auf ein Erlebnis aus der Vergangenheit, mit dem ein unverarbeitetes Trauma verbunden ist. Ein genereller Grundsatz ist, dass alles, was sie in die Welt aussenden, zu ihnen zurück kommt - meistens mit einer so großen zeitlichen Verzögerung, dass sie die Verbindung zwischen Auslöser und Wirkung nicht erkennen werden. Jeder Gedanke und jede Tat hat somit eine Auswirkung und die Auswirkung ist besonders groß, wenn dahinter eine starke Absicht oder Emotion steht.

### **Unterscheidung zwischen Gefühlen und Intuition**

**N**egative Gefühle wie Hass, Zorn oder Angst blockieren unseren Zugang zur Intuition. Wenn man ein Eigeninteresse an einem bestimmten Ausgang eines Ereignisses hat, so verlässt man sich in diesem Moment auf sein Gefühl und nicht auf Intuition. Intuition ist stets klar und hat kein bevorzugtes Endergebnis. Gefühle an sich sind weder gut noch schlecht, man sollte stets versuchen zu verstehen, wieso man ein bestimmtes Gefühl empfindet, denn dies ist ein guter Weg, Verletzungen aus der Vergangenheit zu heilen. Gefühle ohne Verständnis können einen überwältigen und destruktiv sein. Entscheidungen, die man trifft, während man negative Gefühle empfindet, führen in der Regel zu einem negativen Endergebnis. Solange man sich nicht sicher ist, ob man gerade auf seine Gefühle oder auf seine Intuition hört, sollte man sich besser Fragen darüber stellen, was man \*nicht\* machen sollte als Fragen, was man machen sollte.

### **Übungen**

Vergebung: Jedes Mal, wenn ein negativer Gedanke über eine Erinnerung aus der Vergangenheit in ihrem Verstand auftaucht, bedeutet dies, dass diese Erinnerung noch nicht verarbeitet ist. Der einfachste Weg, sie zu verarbeiten, besteht darin laut zu sagen, dass man der anderen Person und sich selbst vergibt, was damals geschehen ist. Man könnte z.B. sagen "Ich vergebe \_\_\_ für diesen Vorfall" und "Ich vergebe mir selbst dafür in diesem Vorfall teilgenommen zu haben und dafür, dass ich es damals nicht besser gewusst habe". Man sollte dies mehrere Male wiederholen und es ist dabei von besonderer Wichtigkeit, dass man versteht und akzeptiert, dass

dieses Erlebnis ein Teil der eigenen Vergangenheit ist, dass man aber aufgrund des neuen Verständnisses und der neuen Perspektive, die man heute erlangt hat, nun loslassen kann.

Loslassen : Jedes Mal, wenn man sich in einer Situation befindet, in der negative Gefühle hochkommen - dies könnte ein Kontrolldrama sein in das man gerade verwickelt wurde oder auch einfach Ärger bezüglich einer anderen Person - so sollte man mental von der Situation einen Schritt zurücktreten und ein paar Mal das Wort "Loslassen" innerlich wiederholen. Dabei geht es nicht darum, Sinn frei ein paar Mal dieses Wort zu wiederholen, sondern es geht darum ein Verständnis für die Situation zu entwickeln und sich darüber bewusst zu werden, dass man die Situation allein dadurch ändern kann, indem man die eigene Wahrnehmung der Situation ändert. Das Wort hilft einem dann nur dabei, diese innere Änderung der Perspektive umzusetzen.

Affirmationen: Affirmationen sind ein mentales Werkzeug, um eigene Glaubenssätze neu zu programmieren, die Einfluss auf zukünftige Ereignisse haben. Die kraftvollsten Affirmationen betreffen das eigene Sein und sollten deshalb stets mit "Ich bin ..." beginnen. Nachdem man die Affirmation ein paar Mal ausgesprochen hat, sollte man sie loslassen und Vertrauen haben, dass die Affirmationen, die sich im Einklang mit dem eigenen Lebensweg befinden auch zu entsprechenden Manifestationen führen werden. Affirmationen, die man aufschreibt, sind kräftiger als solche, die man sich nur in Gedanken vorsagt. Affirmationen, die man laut ausspricht, sind kräftiger als solche, die man nur aufschreibt.

## **Lektionen und Herausforderungen**

**M**an wird nur dann mit negativen Aspekten des eigenen Unterbewusstseins konfrontiert, wenn man so weit entwickelt ist, dass man sich ihnen stellen kann und wenn man über das entsprechende Handwerkszeug verfügt, um diese Aspekte zu transformieren. Das Realitäts-Konstrukt, in dem wir leben, ist ein intelligenter Mechanismus, der darauf ausgerichtet ist, uns in Situationen zu manövrieren, in denen wir etwas lernen und unser Bewusstsein erweitern können. Es wird uns jedoch nie vor Probleme stellen, die wir nicht lösen können.

**M**an akzeptiert, was man hört. Man glaubt, was man sieht. Aber man versteht etwas nur dann, was man es selbst tut. Wenn man etwas sieht und glaubt, erlangt man Wissen. Wenn man es anschließend auch tut und im eigenen Leben umsetzt, erlangt man Weisheit. Die Kernaussage besteht darin, uns zu verdeutlichen, dass unser Bedürfnis, den Energiefluss in der Interaktion mit anderen Menschen zu kontrollieren, aus dem Verlangen nach psychologischer Erhöhung stammt. Bist du dir dieser Tendenz im Umgang mit anderen einmal bewusst geworden, kann es sein, dass du in deinem Kommunikationsverhalten etwas ändern willst. Es liegt in der menschlichen Natur, etwas "tun" zu müssen. Am wichtigsten für deine persönliche Entwicklung ist es, dein Bewusstsein über die Beziehung zwischen dir und dem Universum zu erhöhen. Solltest du in deinem Leben radikale Veränderungen erwarten oder damit rechnen, urplötzlich nur noch harmonische Beziehungen zu unterhalten, dich statt dessen jedoch immer wieder dabei erwischst, wie du mit anderen um Energie wetteiferst, so werfe nicht gleich die Flinte ins Korn. Dies heißt nicht, dass du nicht kapiert hast, was gefordert ist. Was immer du wissen musst, wird dir auch zum richtigen Zeitpunkt präsentiert werden. Frustriert dich dein scheinbar langsames Vorankommen, so tröste dich damit, dass alle neuen Erkenntnisse ihre Zeit brauchen, um von dir in dein System von Glaubens- und Wertvorstellungen integriert zu werden.

***Verhaltensmuster, die dir dabei helfen werden, deine  
Energie zu fokussieren und im Fluss zu halten:***

**HALTE DICH NUR IM MOMENT, IM HIER UND JETZT, AUF.**

**BLEIBE IN DEINEM SELBST – SEI AUTHENTISCH.**

**HÖRE AUF DEINE GEFÜHLE.**

**HÖRE AUFMERKSAM ZU – VERSCHAFFE DIR GEWISSHEIT, WENN DIR ET-  
WAS UNKLAR IST.**

**BLEIBE IN DER POSITION DES ERWACHSENEN-EGOS.**

**KONZENTRIERE DICH DARAUF, WIE DU DICH WOHLFÜHLST.**

**SAGE DIE WAHRHEIT.**

**FIXIERE DICH NICHT AUSSCHLIEßLICH AUF EINE LÖSUNGSMÖGLICHKEIT.  
ALLE MÖGLICHKEITEN STEHEN DIR OFFEN.**

**GEBE DEM GEHEIMNIS ZEIT, SICH ZU ENTFALTEN.**

**BLEIBE OFFEN.**



## Kapitel 9: Die Botschaft der Mystiker

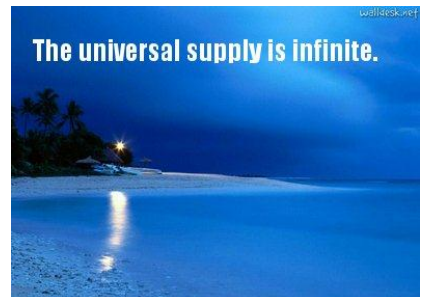
Unsicherheit und Gewalt durch unsere Kontrolldramen enden, sobald wir eine innere Verbindung mit der göttlichen Energie spüren, eine Verbindung, wie sie von den Mystikern aller Traditionen beschrieben wurde. Leichtigkeit, Lebensfreude und ein beständiges Gefühl der Liebe sind Anzeichen für diese Verbindung. An ihnen kann man erkennen, dass es sich um eine wirkliche spirituelle Verbindung handelt und nicht bloß um eine eingebildete.

### Das Erleben der inneren Verbindung mit der göttlichen Kraft.

Indem wir diese Kraft in unserem Inneren auffinden und erforschen, treten wir mit einem mystischen Erlebensbereich in Verbindung. Bei unserer Suche nach diesem veränderten Bewusstseinszustand unterscheiden wir zwischen der intellektuellen Beschreibung dieses Zustandes und dem Zustand selbst. Um diese Unterscheidung zu treffen und festzustellen, ob wir wahrhaftig mit dieser Quelle verbunden sind, gibt es gewisse Kriterien. Spüren Sie zum Beispiel, dass Ihr Körper sich leichter anfühlt? Ist Ihr Gang leicht und unbeschwert? Sind Ihre Sinne geschärft und lebendig, nehmen Sie verstärkt die Intensität von Farben, Gerüchen, Geschmack, Geräuschen wahr und hat sich Ihr Sinn fürs Schöne verstärkt? Haben Sie den Eindruck, eins mit Ihrer Umwelt zu sein, fühlen Sie sich geborgen und aufgehoben? Und vor allen anderen Dingen: Ist Ihr Bewusstsein reine bedingungslose Liebe?



Gemeint ist damit nicht die Liebe für etwas oder jemanden, sondern ein konstantes Gefühl, das alles andere in Ihrem Leben überstrahlt. Wir wollen ab jetzt nicht länger nur über mystisches Bewusstsein sprechen, sondern den Mut finden, diese Verbindung mit dem Göttlichen auch wirklich zu suchen. In dieser



Verbindung mit der absoluten Energie löst sich jeglicher Konflikt, und wir benötigen keine Energie mehr von anderen Menschen.

**D**as Erleben mit der inneren Verbindung mit der göttlichen Kraft ermuntert uns, die Ausmaße des Universums und unsere unleugbare Einheit damit aus erster Hand zu erfahren. Auf diese Weise gestatten wir uns nicht nur einen großen Quantensprung im Verständnis mit der Natur der Dinge, sondern einen kurzen Blick in die Zukunft. In transzendentalen Zuständen werden Zeit, Raum und die Naturgesetze umgangen und für gewöhnlich unaussprechlicher Frieden, Liebe sowie ein Gefühl wahrer Heimat empfunden. Das Universum versorgt uns mit allem, was wir benötigen – solange wir dafür offen und empfänglich bleiben. Bis zu diesem Jahrhundert hat sich die menschliche Evolution – unsere physische Präsenz, die Entwicklung unserer Fähigkeiten unseres technischen Fortschrittes, die Struktur menschlicher Gesellschaften und unsere verlängerte Lebensdauer – ohne Bewusstsein entfaltet. Die enorme und profunde Veränderung, die das zwanzigste Jahrhundert mit sich brachte, besteht vor allem darin, dass die menschliche Evolution sich von nun an “bewusst” vollzieht.

**K**reativität statt Kontrolle. Unsere Intuition verbindet uns mit der universellen Quelle, durch sie werden wir lernen, unser Leben von einem kreativen und kontrollfreien Punkt aus zu gestalten. Je mehr Menschen durch die spirituelle Energie miteinander verbunden sind, desto weniger Einzelpersonen und Gesellschaften um Macht oder Energie zu kämpfen haben. Diese Verlagerung wird zunächst in Intervallen eingeleitet und erst allmählich zu einer neuen Form menschlicher Existenz werden. Unsere Aufgabe besteht darin, uns allmählich zu öffnen und auf diese Weise unsere Reise zum Zustand der endgültigen Vereinigung anzutreten. Deshalb wird empfohlen, sich bewusst mit Energie aufzuladen, denn nur diese Energie erzeugt die Fügungen, und diese helfen uns dabei, unser neues Bewusstsein auf eine dauerhafte Basis zu stellen. Indem wir uns öffnen, unseren Sinn für das Schöne entwickeln und uns darauf konzentrieren, uns mit Energie aufzuladen, gelingt es, unsere Verbindung mit der universellen Quelle zu stabilisieren.

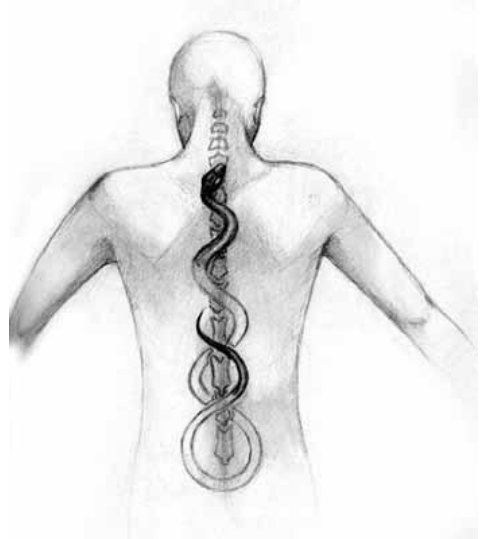


Doch selbst wenn wir wieder in unser “alltägliches” Bewusstsein zurückfallen, hat die mystische Erfahrung unsere Vorstellungen von der Beschränkung unserer Möglichkeiten ein für alle Mal relativiert. Wir wissen jetzt, dass für uns noch eine

andere Existenzform möglich ist, solange wir willens sind, uns um die Wiederherstellung dieses Bewusstseinszustandes zu bemühen.

### **Sich dem Einfluss der Liebe zu öffnen, bedeutet, sich dem Leben zu öffnen**

**D**ie eigentliche Aufgabe der Evolution ist vollbracht, sobald wir uns mit der höheren Energie des Universums verbunden haben. In diesem Zustand befinden wir uns in erhöhter Schwingung und sind eher in der Lage, unseren Zweck im Leben zu erkennen und zu erfüllen. Gemeinsam mit anderen, auf der gleichen Entwicklungsstufe befindlichen Menschen, werden wir automatisch einen Beitrag zur Änderung der Welt liefern. Jeder von uns leistet einen Beitrag zur Evolution, indem er sich abwechselnd mit

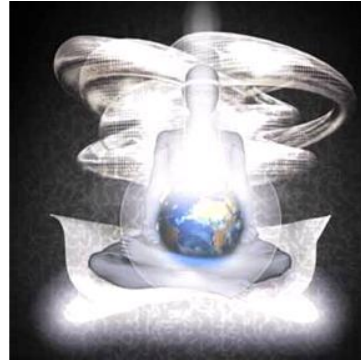


Energie auftankt und sich von Fügungen angeleitet weiterbewegt, sich erneut auf-tankt und wieder weiterbewegt. Evolutionäre Kraftquellen sind z.B. die in der indischen "Kundalini". Diese dem Menschen angeborene und uns allen zur Verfügung stehende Energie wird durch eine zusammengerollte Schlange an der Basis des Rückgrats symbolisiert – sie gilt als die reinste Form kreativer Energie und ist die bewegende Kraft hinter der Evolution. Erwacht diese Energie, so bewegt sie sich an der Wirbelsäule hinauf und aktiviert die anderen Energiezentren (Chakren) des Körpers. Dadurch werden unterschiedlichste emotionale und körperliche Empfindungen ausgelöst. Es ist ganz offensichtlich, dass Tausende von Menschen im Westen heutzutage unverkennbare Anzeichen für das Erwachen der Kundalini-Energie an den Tag legen. Diese Kundalini-Energie sitzt nicht nur in uns Menschen, sondern auch in der Erde. Nur wenn unser eigenes energetisches Umfeld im Einklang mit der Universellen Energie ist und keine Beeinflussung der Chakren besteht kein ein spirituelles Erwachen fortgesetzt werden.

Siehe Chakrensystem: Kapitel 34

## Kapitel 10: Klärung der Vergangenheit

Je länger es uns gelingt, die Verbindung zur universellen Energie aufrechtzuerhalten, desto deutlicher spüren wir, wenn wir diesen Kontakt wieder verlieren, was meistens in Stresssituationen geschieht. In solchen Augenblicken erkennen wir, auf welche Weise wir anderen Menschen Energie stehlen. Sind uns unsere Manipulationen erst einmal bewusst geworden, wird unsere spirituelle Verbindung beständiger. Dann können wir unseren Wachstumspfad, die spirituelle Bestimmung unseres Lebens entdecken, jenen persönlichen Weg, auf dem wir unseren Beitrag für die Welt leisten.“



**Stärke dein Selbstbewusstsein, befreie deine ungelebten Fähigkeiten und Stärken - Sei DU selbst!**

Wir alle waren als Kinder neugierig, lebenshungrig und lebendig - jeder auf seine Art. Doch vielen von uns wurde die Möglichkeit genommen, ihre gesamte Persönlichkeit in all ihren Facetten zu entfalten und zu leben. Aussagen, wie z.B. „Du hast ja zwei linke Hände“, „Ein Indianer kennt keinen Schmerz“ oder „Das verstehst du nicht, dafür bist du noch zu klein...“ haben uns genauso geprägt, wie unausgesprochene Botschaften (z.B. Du bist zu dick, zu dünn, zu klein, zu groß, hässlich, dumm, etc.). Als Erwachsene sind wir dann oft extrem vorsichtig und misstrauisch - wir fühlen uns wertlos, unerfüllt, unsicher, aber vor allem als Mensch nicht gesehen. Wir alle kennen solche Gefühle - aber unbewusst neigen wir dazu, sie zu verdrängen und uns abzulenken. Die Angst vor Ablehnung und Enttäuschung lässt uns mit weniger zufrieden sein, als wir tatsächlich erleben könnten.



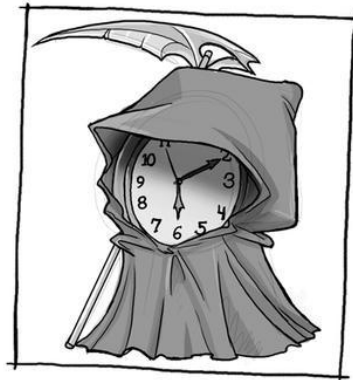
**Hand aufs Herz und überlege, welche der folgenden Aussagen auf dich zutreffen:**

- a. Ich bin selten oder nie stolz auf mich.**
- b. Ich traue mich nicht wirklich, meine Fähigkeiten, meine Schönheit, meine Bedürfnisse zu zeigen und auszudrücken.**
- c. Aus Angst vor Ablehnung halte ich oft lieber den Mund und sage nicht meine Meinung.**
- d. Das Gefühl „Keiner versteht mich!“ kenne ich gut. Niemand liebt mich so, wie ich wirklich bin.**
- e. Ein Grundgefühl von mir ist innerer Mangel - irgendwie fehlt mir etwas in meinem Leben.**
- f. Erinnerungen an meine Kindheit und Jugendzeit sind vorwiegend unangenehm.**
- g. Zu meinen Eltern / meiner Mutter / meinem Vater habe ich kein besonders gutes Verhältnis.**
- h. Gewisse Probleme/Konflikte ziehen sich wie ein roter Faden durch mein Leben und beeinflussen Bereiche, wie Freundschaften,**

## Familienleben, Partnerschaft, Sexualität, Berufsleben.

### Entdecke, was dich im Griff hat, lass dein Leben in Fluss kommen - finde deine eigene Mitte!

**S**tell dir vor, du hättest nur noch wenige Monate zu leben. Wie viel wäre dir dann noch dein teures Auto, dein Haus, deine Wohnung, deine schicken Kleider... wert? Wofür würdest du Einschränkungen in Kauf nehmen? Welche Wünsche würdest du dir noch erfüllen? Welche gesellschaftlichen Verpflichtungen und Rollen würdest du loslassen, um dich wohler und freier zu fühlen? Natürlich nur ein Gedankenspiel - aber ein hilfreiches. Denn in einer solchen Situation verändern sich die Maßstäbe, und du kannst erkennen, was in deinem Leben tatsächlich Bedeutung hat. Was nämlich wirklich zählt, ist dein gelebtes Leben! Das Leben hält für uns eine unendliche Fülle von Erfahrungen, Wandlungsprozessen und Wundern bereit. Jeder Tag ist ein Geschenk, auf das du mit Recht gespannt sein darfst. Dinge, Situationen und Menschen verändern sich stetig - das ist Lebendigkeit. Leben heißt, immer wieder aufs Neue loszulassen. Diese Wahrheit können wir zwar eine Zeit lang ignorieren, jene Ignoranz schützt uns aber nicht vor einschneidenden Veränderungen, vor schmerzhaftem Verlust und Abschied, vor Trennungen, vor Änderungen im Berufsleben usw. Auf derartige Situationen sind wir meist nicht vorbereitet, und wir haben auch nie gelernt, damit angemessen umzugehen.



**Hand aufs Herz und überlege, welche der folgenden Aussagen auf dich zutreffen**

- a. Ich fühle mich in vielen Bereichen meines Lebens von äußeren Umständen und/oder Personen abhängig.**
- b. Ich kann mich schwer von Altvertrautem trennen - auch wenn es schon lange nicht mehr zu mir gehört oder langweilig geworden ist.**
- c. Es fällt mir nicht leicht, mich hinzugeben, mich fallen zu lassen, loszulassen...**
- d. Wenn ich noch mal von vorne anfangen könnte, würde ich Vieles anders/besser machen.**
- e. Ich vermeide tunlichst Situationen, die unangenehme Emotionen (Trauer, Wut, Schmerz, Schuldgefühle...) zur Folge haben.**
- f. Gedanken an vergangene Verlustsituationen in meinem Leben sind immer wieder aufs Neue schmerzhaft.**
- g. Äußerlichkeiten, wie Ordnung, ein gepflegtes Aussehen, geschmackvolle Einrichtung, ein schickes Auto... stehen auf meiner Wertes-Rangliste weit oben.**

Geschieht dies, so versuchen wir uns oftmals zu retten, indem wir unbewusst darangehen, andere manipulativ um ihre Energie zu bringen. Diese Manipulationen sind gewöhnlich entweder passiver oder aggressiver Natur.

Am passivsten ist dabei das auch als »Armes Ich« bekannte Opfer: Es stellt sämtliche Ereignisse in einen negativen Kontext, sucht Hilfe bei anderen und beschreibt Ereignisse vor allem mit der Absicht, anderen Schuld zu suggerieren (um sie auf diese Weise zur Abgabe von Aufmerksamkeit und Energie zu erzwingen).

Weniger passiv ist die Distanzierung von anderen oder die Strategie des Unnahbaren«: Ausweichende Antworten und lose Zusagen bringen andere Menschen dazu, ihn zu verfolgen, um ihn zu verstehen. Bemühen andere sich auf diese Weise herauszubekommen, was er im Schilde führen könnte, so gewinnt er Aufmerksamkeit und somit Energie.

Aggressiver als diese beiden Typen ist der Kritiker oder »Vernehmungsbeamte«: Er ist vor allem damit beschäftigt, Fehler im Verhalten anderer aufzufinden. Er tappt er die anderen bei einem Fehler, so werden sie unsicher, übervorsichtig und machen sich Sorgen darüber, was andere von ihnen halten. Ständig beobachten andere ihn aus den Augenwinkeln und lassen ihm auf diese Weise Aufmerksamkeit und Energie zukommen.

Am aggressivsten ist der »Einschüchterer«-Typus: unberechenbar, explosiv, gefährlich und streitlustig. Ständig verfolgen andere diesen Typus mit ihrer Aufmerksamkeit und lassen ihm so Energie zukommen.

## Kapitel 11: Der Energiefluss tritt ein

Die Lebensaufgabe ist tatsächlich kein Projekt, das man irgendwann abschließt, um dann sein Leben weiterzuführen, stattdessen ist es eine Aufgabe, an der man beständig arbeitet oder auf dessen Erfüllung man sich kontinuierlich vorbereitet.

Die Lebensaufgabe wurde von niemandem übertragen, sie wurde individuell selbst gewählt. Jede Seele hat ihre eigene Lebensaufgabe. Die Lebensaufgabe der Seele ist nicht vergleichbar mit dem Beruf eines Menschen. Ein Mensch wählt sich einen Beruf und wechselt ihn vielleicht auch von Zeit zu Zeit, um seinen



Lebensunterhalt davon zu bestreiten. Es sind hier im günstigen Fall Neigungen und Talente, manchmal aber auch nur das nackte Überleben oder die Versorgung der Familie dafür maßgebend. Die Lebensaufgabe der Seele kann mit einem Beruf in Beziehung stehen, oft ist es aber so, dass ganz andere Umstände zu Erkenntnissen und Erfahrungen führen, die letztlich die Lebensaufgabe erfüllen.



Es gibt zielstrebige Menschen und andere fröhnen lieber dem Müßiggang, manche sind lerneifrig, andere eher faul und uninteressiert, weltliche Ziele zu erreichen. Für die Seele gelten diese Kriterien nicht. Produktivität kann, muss aber nicht zur Lebensaufgabe beitragen. Jede Seele hat also ihren eigenen Grund hier zu sein. Was können das für Gründe sein? Wie kann

man das herausfinden?

Man könnte meinen, die Lebensaufgabe müsste etwas „Grandioses“, besonders wichtiges oder etwas sein, dass die Aufmerksamkeit von vielen Menschen erregt. Das ist nicht der Fall. Es sind meist – für einen Menschen – eher unscheinbare und unspektakuläre Dinge. Sogar – aus menschlicher Sicht – eher negative Taten können Teil einer Lebensaufgabe sein.



Die Lebensaufgabe kann also auch darin bestehen, für eine oder auch mehrere andere Seelen ein Verführer, ein falsches Leitbild oder ein Täter zu sein.

Es kann auch sein, dass die Lebensaufgabe sich darauf beschränkt, irgendwann zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein, um etwas zu erfahren oder anderen in dieser Situation eine Erfahrung zu vermitteln.

Für viele Menschen ist es ein Bedürfnis, anderen zu helfen, es erscheint einem nichts Besonderes zu sein, es ist eher selbstverständlich. Der Umgang mit Tieren ist ein weiteres Feld, ebenso wie ein Interesse an Kunst, der Kampf für soziale Gerechtigkeit, das Studium eines Wissensgebietes, die Konzentration auf Beziehungen, selbst erfahren oder als Berater, oder die Leidenschaft für einen Sport oder ein Gebiet der Forschung.



Wenn sich ein solches Interessengebiet durch ein ganzes Leben zieht, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass hier auch eine Verbindung zur Lebensaufgabe besteht.

Die meisten Menschen können in irgendeiner Weise jeden Tag etwas zu einem Aspekt ihrer seelischen Lebensaufgabe beitragen, auch wenn es vielleicht nur ein kurzer Moment ist. Wenn jemand jedoch den ganzen Tag, ein Leben lang, nur damit verbringt zu überleben und das ist nicht seine Lebensaufgabe, dann wird er Frustration empfinden. In diesem Fall wird das Leben wahrscheinlich überwiegend von der falschen Persönlichkeit geleitet. Angst und mangelnde Liebe, auch zu sich selbst, hindern dann an der Arbeit zur Erfüllung der Lebensaufgabe. Es liegt an uns, gute, liebevolle und angstfreie Entscheidungen zu treffen, wir können unser Leben jederzeit in eine andere Richtung verändern. Wir haben den freien Willen. Das zu lernen ist der



Grund, der sich durch alle Inkarnationen zieht. Es ist – wenn man so will – die große Überschrift über alle Lebensaufgaben.

**A**uch wiederkehrende Träume, die sich mit einer speziellen Tätigkeit oder einem Ziel beschäftigen, können Hinweise liefern. Wenn man nichts herausfindet, ist das jedoch auch kein Nachteil. Die Aufgabe wird verfolgt, ob uns das bewusst ist oder auch nicht. Lebensaufgaben sind nicht hierarchisch zu bewerten, es gibt auch hier nicht besser oder schlechter, anspruchsvoll oder banal. Jede Lebensaufgabe bringt die Seele ein Stück weiter in ihrer Entwicklung, selbst wenn sie scheitert, ist das eine weitere Erfahrung. Es gibt kein Versagen, keinen Druck und keine Grenzen, die Seele hat die Ewigkeit und die Unendlichkeit zur Verfügung. Niemand be- oder verurteilt sie, nur sie allein entscheidet über ihren Weg, ob er weitergeht oder ob eine Wiederholung oder Vertiefung einer Erfahrung gewünscht wird.



Wenn wir unsere persönliche Lebensaufgabe erkannt haben, nehmen die geheimnisvollen Fügungen in unserem Leben zu, durch die wir zu unserer Bestimmung hingeleitet werden.

Zuerst haben wir eine Frage, daraufhin führen uns Träume, Tagträume und intuitive Eingebungen zu den Antworten, die wir meistens auf synchronistische Weise von anderen Menschen erhalten.”

### **Fügungen führen uns zur Erfüllung unserer Mission und Lebensfrage.**

**W**ir wachsen, indem wir lernen, die kleineren Fragestellungen des Lebens zu verstehen und für uns zu beantworten. Sie stammen direkt von unserer Lebensfrage ab. Haben wir einmal die richtige Frage gestellt, so erscheinen uns oftmals auf mysteriöse Weise auch die Antworten. Jede Synchronizität, egal wie aufschlussreich, lässt uns stets mit einer weiteren wichtigen Frage zurück, so dass unser Leben und unser spiritueller Pfad sich durch eine Kette von Fragen und Antworten fortsetzen. Synchronistische Antworten können mit; vielen unterschiedlichen Quellen stammen: Träume, Tagträume, Intuitionen und, vielleicht am häufigsten, von anderen Menschen, die sich inspiriert fühlen, uns eine Botschaft zu überbringen.

Durch diese Erkenntnis erfahren wir, dass sich unsere Entwicklung bei vollem Bewusstsein vollziehen kann. Genauso wie der Mensch einer körperlichen Entwicklung unterworfen ist, entwickelt er sich auch psychologisch und spirituell. Die Siebte Erkenntnis verdeutlicht, wie wir den Prozess unterstützen können, in dem wir aktiv am Fluss der Energie teilhaben.



Der Aufbau unserer Energie und diese auf einem maximalen Level zu halten, ist der erste Schritt um für Fragen und Fügungen offen zu sein. Bei täglicher Anwendung wird diese Methode auch uns zur zweiten Natur werden. Besonders wichtig ist es, Energie aufzubauen, wenn wir uns verängstigt, verwirrt oder überwältigt fühlen. Unsere Gefühle sollten jedoch auf keinen Fall oberflächlich abgehandelt werden. Es kann sein, dass wir eine Zeit der Niedergeschlagenheit durchleben müssen, um Geschehenes zu integrieren und zu akzeptieren.

integrieren und zu akzeptieren.

Im zweiten Schritt kommen wir wiederholt an einen Punkt, an dem wir nicht mehr wissen, was wir als nächstes tun sollen. Es kann sein, dass genau in diesem Moment jemand in unser Leben tritt und uns Fragen stellt oder bestimmte Fragen uns in den Sinn kommen. Wir erhalten nur dann keine Hinweise, wenn die von uns gestellte Frage nicht Teil der Evolution ist.

Wir sollten aufmerksam auf die Botschaften achten, die wir durch eine Fügung erhalten können. Das führt uns zum dritten Schritt. Übe dich darin, sie nach Bedeutungen zu untersuchen. Welche meiner Ideen werden dadurch miteinander verbunden? Weshalb erreicht mich die Botschaft gerade jetzt?

**Welches positive Resultat kann ich erhalten, selbst wenn es sich dabei um eine Enttäuschung handelt?**

**W**enn wir uns entschieden haben, dass eine Intuition aus der Quelle der universellen Intelligenz stammt, können wir uns entscheiden zu handeln. Tut sie das nicht, so laufen wir Gefahr, dass unsere Handlung keine Früchte trägt. Handle nur dann, wenn du dich offen, positiv und empfängsbereit fühlst.



**D**eine geheimsten Träume, Wünsche und Ziele sind Teil deiner Lebensfrage, die du im Laufe dieses Lebens lösen wirst. Manchmal legen wir unsere Träume und Phantasien zur Seite, als handle es sich dabei um verlockende, jedoch unmöglich zu verwirklichende Wunschvorstellungen. Vielleicht meinen wir, in Wirklichkeit kein Anrecht auf ein derartig gutes Leben zu haben. Dein Wunsch, der sich aus dieser Welt der Konformität herauszuheben, steht in enger Verbindung mit deinen Talenten und den Ereignissen, die bis zum heutigen Tag einen Einfluss auf dein Leben hatte. Vergesse nicht, dass jeder Augenblick eine Gelegenheit bietet, um sich in der Gegenwart aufzuhalten, selbst wenn das bedeutet, durch körperlichen und emotionalen Schmerz gehen zu müssen. So sehr wir uns auch abrackern, um zur Erleuchtung zu gelangen, wir werden immer wieder auf unsere menschlichen Eigenschaften und Muster zurückgeworfen, um in ihnen auf unsere wahre Natur und unsere Lebendigkeit zu stoßen.



Bilder der Angst können bei ihrem Auftauchen angehalten und durch etwas Positives ersetzt werden. Daraufhin wird es bald so gut

wie keine negativen Bilder und Gedanken mehr geben. Sollten negative Bilder auftauchen, so sind sie unbedingt ernst zunehmen jedoch nicht weiterzuverfolgen.

**A**ngst ist ein natürlicher Bestandteil unseres Lebens und ein Verbündeter, wenn es darum geht, eine Gefahr zu erkennen und ihr aus dem Weg zu gehen. Die Rolle der Angst und ihre Funktion in unserem Leben zu verstehen, kann für unser



Selbstverständnis von großer Bedeutung sein. Angst, zusammen mit Besorgnis und Rastlosigkeit, steht unserer Entwicklung so lange im Weg, wie wir diese Empfindung bestimmen lassen, auf welche Weise wir neue Informationen und Verhaltensmöglichkeiten einzustufen haben. Angst entfernt uns aus der Gegen-

wart, indem sie uns mit Erinnerungen an Vergangenes und Zukünftiges oder mit im Augenblick irrelevanten Problemen belästigt. Die Siebte Erkenntnis rät uns dazu, den negativen Denkvorgang zu verändern, indem wir unsere Angstbilder durch andere Bilder ersetzen. Es ist auf jeden Fall wichtig, sich mit der Angst auseinanderzusetzen, anstatt sie zu ignorieren oder ihr Vorhandensein zu leugnen.

Hast du jedoch die in der Angst verborgene Botschaft einmal verstanden, dann übe dich darin, diese negativen Gedanken zu verabschieden und dir einen positiven Ausgang vorzustellen.

Solange wir uns bemühen, darum kämpfen und uns überarbeiten, um zum Ziel zu kommen, folgen wir nicht dem Energiefluss des Universums. Verbringe die Zeit allein und in Ruhe. Was geschieht, wenn du die Kontrolle und deine Sorgen aufgibst?

Zu Träumen bedeutet, auf der Innenseite, ohne die Beschränkungen von Zeit und Raum zu leben. Normalerweise analysieren wir unsere Träume nicht, es sei denn, die Botschaft ist so deutlich oder ungewöhnlich, dass wir den Traum nicht vergessen können. Die Siebte Erkenntnis lehrt uns, dass unsere Gedanken, Tag- und Nachträume uns bei dem intuitiven Erfassen unseres Weges helfen können und uns fehlende Informationen über unser Leben zu liefern imstande sind. In der Erkenntnis wird gesagt, dass wir unsere Träume mit unserer Lebensgeschichte vergleichen sollen.

### **Weitere Informationen in Kapitel 26: Intuition, Bedeutung von Träumen**



## **Kurze Checkliste für den Eintritt in den Energiefluss der Evolution:**

- **Die Energie auf einem möglichst hohen Level halten**
- **Formuliere deine gegenwärtige Fragen, mit der Bitte um Antwort**
- **Halte dich im Jetzt und Hier auf**
- **Um wachsam zu bleiben, achte auf Gedanken und Ahnungen (bei ihnen handelt es sich um dringend benötigte Information)**
- **Stelle die Fügungen auf die Probe, indem du darauf achtest, ob das Auftauchen deinen Energiehaushalt anhebt**
- **Schenke Energie und deine volle Aufmerksamkeit den Menschen, die du persönlich triffst, denn diese haben eine Botschaft für dich und umgekehrt.**
- **Erinnere dich daran, dass du zur Energiegewinnung nicht in dein Kontroll-Drama verfallen musst.**

**Hinzuzufügen wäre noch, dass man nicht nur keine nichtssagenden Unterhaltungen führen, sondern auch dass man schlechte Gesellschaft möglichst meiden sollte.**

**Unter schlechter Gesellschaft verstehe man nicht nur lasterhafte und destruktive Menschen; ihnen sollte man aus dem Weg gehen, weil sie eine vergiftete und deprimierende Atmosphäre um sich verbreiten.**

**Gemeint ist die Gesellschaft von Menschen, die innerlich abgestorben sind, deren Seele tot ist, obgleich ihr Körper noch lebt, von Menschen, deren Gedanken und deren Unterhaltungen ausdruckslos sind, die schwätzen anstatt zu reden und die Bedeutungslosigkeiten statt eigene Gedanken vorbringen. Wenn man ihnen nicht in der erwarteten Weise mit Binsenwahrheiten und Belanglosigkeiten antwortet, sondern unmittelbar und menschlich reagiert, wird man oft erleben, dass auch sie ihr Verhalten ändern.**

**Auf andere konzentriert zu sein, heißt vor allem zuhören zu können.**

## Kapitel 12: Das Auftauchen einer Kultur

Innerhalb des nächsten Jahrtausends wird sich die menschliche Kultur wesentlich aufgrund der bewussten Evolution verändern. Sie wird einen völlig anderen Lebensstil ausführen wie wir ihn jetzt kennen. Wir die Menschen werden dazu übergehen die Geburtenrate drastisch zu verringern, so dass wir alle an den schönsten und energetisch stärksten Plätzen der Erde leben können.



In der Zukunft werden weit mehr solche Orte bestehen, als im Moment weil wir die Wälder nicht mehr abholzen werden und sie heranwachsen und Energie generieren können. Der Durchschnittsmensch wird zur Mitte des nächsten Jahrtausends unter 500 Jahre alten Bäumen und inmitten sorgfältig gepflegter Gartenanlagen lebt und trotzdem werden städtische Siedlungen ausgestattet mit den unglaublichsten technischen Errungenschaften, sich in nächster Nähe befinden.



Zu diesem Zeitpunkt wird alles, was wir zum Leben brauchen wie Essen, Kleidung und Fortbewegung vollends automatisiert sein und kostenlos jedermann zur Verfügung stehen.

Unsere Bedürfnisse werden ohne den Austausch von Geld befriedigt werden, trotzdem existieren weder Ausschweifungen noch Faulheit. Geleitet von der eigenen Intuition wird jeder wissen, was genau er wann zu tun hat, und die Aktionen des einzelnen werden die der anderen auf harmonische Weise ergänzen. Exzessiven Konsum wird es nicht mehr geben weil niemand mehr die Notwendigkeit verspürt etwas aus Sicherheit oder Kontrollgründen besitzen zu müssen.

**I**m nächsten Jahrtausend wird das Leben andere Inhalte haben. Unser Drang nach einem Lebenszweck wird durch die Tatsache unserer eigenen Evolution befriedigt werden. Es wird eine Welt entstehen in der jeder zu Ruhe kommen wird jedoch aufmerksam und sogar wachsam nach den nächsten bedeutungsvollen Begegnung Ausschau hält.

**Ü**berlegen Sie einmal wie menschliche Begegnung verlaufen würde, die eine derartige Bedeutung haben. Jeder wird zunächst einmal das Energiefeld des anderen nach bedrohlichen Bestrebungen absuchen und nachdem die Frage der Energie geklärt ist, in der Lage sein Botschaften zu empfangen, die aus den unterschiedlichen Lebensgeschichten der Beteiligten hervorgehen. Jedes Treffen zwischen den Menschen wird bei der Beteiligten für eine bedeutsame Fortentwicklung sorgen. Die Menschheit befindet sich an diesem Planeten und sich bewusst weiterzuentwickeln. Während wir lernen, die notwendigen Schritte für eine derartige Entwicklung zu unternehmen und Wahrheit für Wahrheit unseren eigenen Weg erkennen, wird sich die gesamte Kultur unserer Rasse auf unschwer Voraus zu sehende Weise transformieren. Ist die kritische Masse einmal überschritten und ist die Erkenntnis auf globaler Ebene verinnerlicht, wie die menschliche Rasse in eine Phase intensiver Selbstbeobachtung treten.

**W**ir werden endlich begreifen wie schön und spirituell die natürliche Welt wirklich ist. Wir werden Bäume Flüsse und Berge als heilige Orte der Kraft begreifen und verehren und nach einem Ende der umweltfeindlichen Aktivitäten verlangen die diese Schätze der Natur bedrohen. Jene, die diese Problematik



am nächsten stehen, werden alternative Lösungsvorschläge gegen die Verschmutzung der Erde ausarbeiten, weil diese Lösung ein Teil der individuellen Evolution des einzelnen darstellen und auch als solche begriffen werden.

**D**ies ist der Anfang der ersten großen Umschichtung unseres Bewusstseins, die zu Berufswechsel im größten Raum führen wird. Sobald Menschen in der Lage sind klare Vorstellung darüber zu erhalten, wer sie wirklich sind und worin ihre Aufgabe besteht, erkennen sie oft, dass sie den falschen Beruf haben und ihn im Interesse eines ungehinderten Wachstums wechseln müssen. Die nächste Umschichtung wird auf dem Gebiet der Warenproduktion stattfinden. Die Techniker und Ingenieure werden dafür sorgen das Angebot und Nachfrage automatisch

geregelt werden. Dies wiederum zu einer Erhöhung der individuellen Freizeit und der Beschäftigungen mit anderen neuen Themenreisen führen. Die restlichen Menschen werden innerhalb ihres existierenden Berufes ihre Vorstellungen verwirklichen und sich mehr Freizeit wünschen, bis Sie realisieren, dass die Verkündung der Wahrheit und die damit verbundenen Notwendigkeiten sich mit einem traditionellen Berufsbild nicht mehr vereinbaren lassen. Wir werden weniger arbeiten. Zwei oder drei Leute werden sich eine Vollzeitbeschäftigung teilen. Dieser Trend wird es denen, die durch die Automation ihre Arbeit verloren haben, einfach machen zumindest eine Teilzeitbeschäftigung zu finden.

**Wenn wir mehr über die energetischen Vorgänge im Universum verstanden haben, werden wir auch verstehen, was eigentlich vor sich geht wenn wir jemand etwas geben.**



die Kirchen sondern für jeden.

Bisher besteht unsere Vorstellung von der Natur des Gebens aus dem etwas engstirnigen Konzept der kirchlichen Kollekte eines zehnten. Die vorherrschende Interpretation des zehnten besteht darin, dass der Gläubiger ein Zehntel seines Einkommens der Kirche zur Verfügung stellt. Die Idee dahinter jedoch besagt, dass wir ein Vielfaches dessen was wir geben, zurückbekommen werden. Das Geben ist ein System der universellen Unterstützung, nicht nur für

Sobald wir anfangen kontinuierlich zu geben werden wir immer mehr erhalten als das was wir abgeben können. Unsere Geschenke sollen an Menschen gehen welche uns mit spiritueller Wahrheit versorgt haben. Auf diese Weise schaffen wir eine spirituelle Ökonomie, und können nach und nach unseren Beruf aufgeben um schließlich für die ungehinderte Entwicklung unserer eigenen Wahrheit und deren Weitergabe an andere bezahlt zu werden. Das wichtigste für uns ist jedoch, dass wir ein neues Verständnis darüber bekommen wo es langgeht. Unsere Furcht zu kurz zu kommen, sowie unser Kontrollsucht haben es uns bisher weder ermöglicht die Umwelt zu retten, noch dem Planeten zu demokratisieren oder die Armen zu ernähren. Wir hatten einfach kein Konzept von der Möglichkeit einer alternativen Lebensform. Wir werden in dieser Zukunft eine möglichst billige Energiequelle



haben. Fusion, Supraleitfähigkeit, künstliche Intelligenz. Diese Automatisierungstechnologie ist nicht mehr weit entfernt, jetzt da wir wissen für was wir sie einsetzen können. Das wichtigste wird sein zu erkennen dass wir uns nicht auf diesem Planeten befinden und private Imperien aufzubauen sondern um uns weiterzuentwickeln andere für

Ihre Kenntnisse zu bezahlen. Für die Tranceformation werden immer größere Teile der Wirtschaft automatisiert werden. Schließlich wird die ganze Werbung verschwinden. Wir werden Sie nicht mehr brauchen, solange wir unsere intuitive Intuition folgen, werden wir nur nehmen was wir auch wirklich brauchen.



**W**ie werden innerhalb des natürlichen Energiesystems unseres Planeten leben und die Landwirtschaft wird automatisiert. Eine Ausnahme bilden jene Pflanzen, die jeder selbst mit Energie versorgen will, bevor er sie konsumiert. Die zum Hausbau benötigten Bäume werden in extra ausgewiesenen Gebieten angebaut. Auf diese Weise können die übrigen Bäume ungehindert wachsen und schließlich zu kraftvollen Wäldern werden. Jeder will die Möglichkeit haben, in der Nähe eines solchen spirituellen Zentrums zu leben.



## Kapitel 13: Mein Freund der Baum

Bereits seit 1966 ist auch der Wissenschaft bekannt, dass Pflanzen Gefühle haben. Dies ist zwar völlig entgegen zu der Lehre vieler christlicher Kirchen, aber die Beweise sind eindeutig. Cleve Backster, ein Lügendetektorexperte konnte mittels seiner Geräte zeigen, dass Pflanzen auf Gefühle und Gedanken von Menschen reagieren können.



Wenn aber Pflanzen sogar die Gefühle von anderen Lebewesen, wie dem Mensch wahrnehmen können und dabei sogar noch unterscheiden können zwischen Bezugspersonen und den Gefühlen fremder Personen, die nichts mit der Pflanze zu tun haben, dann stürzt dadurch das alte Weltbild wonach der Mensch die Krone der Schöpfung sei, in sich zusammen. Genauso, wie der Mensch, können eben auch Tiere und Pflanzen Gedanken und Gefühle telepathisch empfangen. Wir müssen lernen, andere Lebewesen als gleichwertig wahrzunehmen. Dies betrifft insbesondere den Wald, denn hier finden wir auf engstem Raum unglaublich viel Leben. Von kleinsten Insekten und Ameisen, bis hin zu mächtigen Bäumen begegnen wir hier lauter Lebewesen, die wie wir fühlen können und Stimmungsschwankungen aufweisen. Nirgends finden wir so viel Leben komprimiert wie in einem Wald. Negative Gedanken in Bezug auf eine Pflanze, erzeugen in der Pflanze Stress. Bei Zimmerpflanzen, Garten- und Nutzpflanzen ist dies ja schon länger bekannt, dass sie besser gedeihen, wenn man liebevoll an sie denkt. Auch der so genannte "Grüne Daumen" Effekt kommt dadurch zustande, weil die betroffenen Personen unbewusst viele gute Gedanken in Richtung ihrer Pflanzen senden. Kein Wunder, dass sich die Pflanzen da wohl fühlen..

Ein Baum, der eines natürlichen Todes stirbt, durchläuft einen langjährigen Transformationsprozess. Dabei entsteht so etwas wie ein Lichtkanal ins Jenseits, dessen positive Energien sich auch auf die umgebenden Bäume positiv auswirken.

**E**s müssen Impulse für Menschen gesetzt werden, die sich einem neuen Denken für ein neues Zeitalter öffnen möchten. Der Wald jedenfalls besteht aus vielen Lebewesen, die fühlen können, die Stimmungsschwankungen unterworfen sind, wie der Mensch auch. Erst wenn wir dies anerkennen, können wir die Heiligkeit des Waldes als Gesamtorganismus wahrnehmen und würdigen.



### **Spiritualität der Bäume**

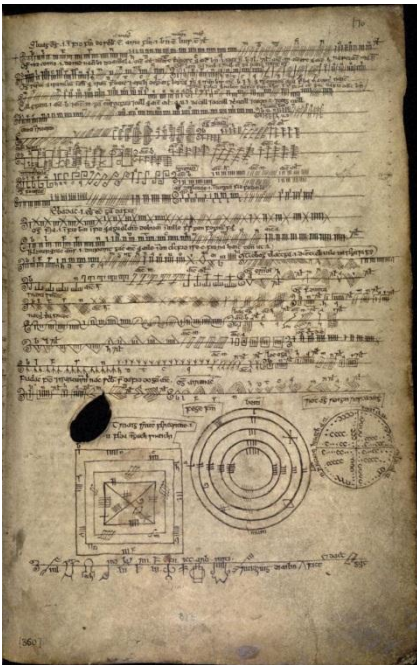
**A**us dem Lateinischen übersetzt, bedeutet „Spiritualität“ Geistigkeit. Im Gegensatz zu Spiritualität steht die Materialität, was so viel bedeutet wie Stofflichkeit, Körperlichkeit, das Bestehen aus Materie. Die spirituelle Bedeutung des Baumes wäre somit die geistige Bedeutung des Baumes.



**Jetzt bleibt die Frage: „Was ist Geist?“.**

**W**enn Material aus einem Stoff oder Körper besteht, kann man dieses sehen und betrachten, beschreiben, berühren, verändern oder zerstören. Mit etwas Spirituellem ist dies alles also nicht möglich? Etwas Spirituelles ist nicht direkt sichtbar, berührbar oder logisch erklärbar. Wir fühlen aber die Existenz des Geistigen durch unsere Gedanken, durch körperliche Wahrnehmungen und durch unsere Intuition. Kann nun der Baum als etwas Materielles, Berührbares spirituell sein? Kann der Baum Geist besitzen oder ausstrahlen? Es scheint tatsächlich zwischen Bäumen und Menschen etwas zu existieren, was nicht physikalisch erklärbar ist. Die Menschen fühlten, dass diese mächtigen, für sie lebenswichtigen Pflanzen enorme Kräfte besitzen. Bäume mussten eine tiefe Verbindung zu einer höheren,

unsichtbaren, heiligen Macht besitzen. Diese Macht ließ sich nur im Geiste erfahren und konnte durch die Bäume zu den Menschen gelangen. Die spirituelle Bedeutung des Baumes für uns Menschen überschreitet für die Grenzen der Erfahrung der sinnlich erkennbaren Welt. Sie wird also zu einer transzendenten, übersinnlichen Bedeutung, die Menschen durch ihren Geist finden, empfinden und erfahren können. Für die Kelten waren die Bäume Mittler zwischen Himmel und Erde. Ihre tiefe Verehrung für die mächtigsten Pflanzen unserer Erde verband sie mit den ewigen Gesetzen der Natur.



Dass die Bäume für die Kelten durch ihre enorme Bedeutung auch eine Quelle der Inspiration waren, zeigt das frühe „Ogham - Alphabet“. Dieses Baumalphabet besteht aus den Anfangsbuchstaben der am meisten verehrten Bäume. Mit diesem Alphabet meißelten die Kelten Texte in Stein oder kerbten sie in Holztafeln. Ein weiteres Zeugnis von der Bedeutung der Bäume für das Volk der Kelten ist bis heute in vielen verschiedenen Formen und Abwandlungen bekannt:

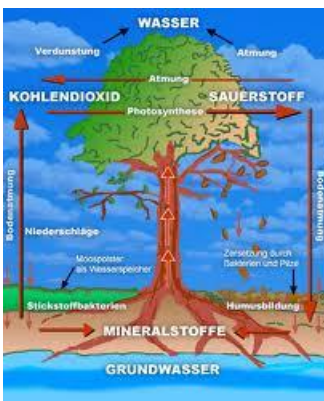
## Der Keltische Baumkreis.

Der keltische Baumkreis ist eine geistige Collage, eine Verbindung von Baumkenntnissen, uralter Zeiteinteilung und praktischer Menschenkenntnis, gewürzt mit magischem Pfeffer und spirituellem Salz. Der keltische Baumkreis besteht aus 21 Bäumen und wiederholt sich jährlich. Durch den Rhythmus der Jahreszeiten und Mondzyklen ordneten die Kelten einigen der 21 Bäume feste Zeiten (Tage) und Anlässe (z.B. Feste) zu. Vom jeweiligen Baumcharakter abgeleitet, wurden den Bäumen bestimmte Tage und Eigenschaften zugewiesen, die dann auch auf die Menschen, die in diesem Zeitraum geboren wurden, zutreffen sollten.



Durch die Christianisierung ging der Glaube und die Kultur der Kelten weitgehend verloren. Christen und Römer schlugen die alten, heiligen Bäume, unter denen sich die Kelten zu ihren religiösen Riten und sozialen Versammlungen trafen, nieder. Sie verbrannten die ausgedehnten Eichen-, und Hainbuchenhaine. Missionare und Soldaten nutzten die Anziehungskraft der Baumheiligtümer auf die Menschen für ihre Zwecke aus. Sie verkündeten an diesen seit Jahrhunderten bekannten, heiligen Plätzen ihre eigene Religion und Politik. „Unser Leben hat sich durch Industrialisierung und technischen Fortschritt verändert. Heute sind Bäume und Wald für die meisten von uns lediglich beliebte Orte, an denen sich Menschen

in ihrer Freizeit aufhalten. Doch leider behandeln wir sie nicht so, wie sie es verdient hätten; der Zustand vieler unserer Wälder ist bedenklich. Ist uns ein wirkliches Bewusstsein für die Bäume und die Natur verloren gegangen? Auf den ersten Blick scheint der Baum für die Menschen unserer Gesellschaft seine spirituelle Bedeutung weitgehend verloren zu haben:



Allzu oft vergaßen und vergessen wir Menschen noch heute, dass Bäume, Wald und die Natur unsere „Mitwelt“ sind, von und in der

wir leben und die von uns ebenso abhängt wie wir von ihr. Viele Menschen unserer Gesellschaft haben dies aus dem Bewusstsein verloren, weil sie als Stadtbewohner keinen unmittelbaren Lebenszusammenhang mehr mit der Natur haben. So wurden viele Wälder durch hemmungslose Holzgewinnung und durch die sich ausdehnenden Siedlungen so stark reduziert. Viele Menschen fühlten sich nicht mehr als ein Teil der Natur, sie stellten sich über sie und nahmen sich das Recht über sie zu bestimmen. Unsere Gesellschaft lehrt uns ein Weltbild, das nichtmaterielle [also geistige, spirituelle] Seins Zustände entweder als Hokuspokus oder als Hirngespinnste einordnet und lächerlich macht. So betrachten wir die Bäume zwar als schöne, nützliche Pflanzen. Aber nur wenige Menschen fühlen heute noch diese geistigen, spirituellen Verbindungen zwischen dem Baum und uns Menschen, wie sie unsere keltischen Vorfahren und noch heute Naturvölker der ganzen Erde wahrnehmen. Wir haben unserer Lebensgrundlage, der Natur, bereits viel Schaden zugefügt und es ist an der Zeit zu unserer „Mitwelt“ und zu den Bäumen eine neue Beziehung aufzubauen.

*Mit Bäumen kann man wie mit Brüdern reden und tauscht bei ihnen seine Seele aus.*

Erich Kästner

**W**ir müssen den Baum mit allen Sinnen als einzigartiges Lebewesen wahrnehmen. Das Herz eines Menschen, der sich der Natur entfremdet, wird hart, und mangelnde Ehrfurcht vor allem Lebendigen und allem, was da wächst, lässt auch die Ehrfurcht vor dem Menschen absterben lässt. Um mit dem Baum auf einer spirituellen, geistigen Ebene in Kontakt zu kommen, ist es nach dem obenstehenden Sprichwort wichtig, den Baum in einem ersten Schritt mit all unseren Sinnen wahrzunehmen und zu erfahren. Wenn wir den Baum mit unseren Sinnen wahrgenommen und erlebt haben, können wir entdecken, dass er ein einzigartiges, wunderbares Lebewesen ist. Allein die Struktur eines Blattes, ein wachsender Zweig oder eine Knospe stellen kleine Wunderwerke dar, die uns die Kraft und Energie dieser mächtigen Pflanzen ahnen lassen... So können wir uns langsam für die enormen Kräfte und Energien der Bäume öffnen, sie wahrnehmen, fühlen und durch sie zu einer inneren Harmonie finden.

Viele Menschen unserer Gesellschaft ziehen sich in ihrer Freizeit gerne in den Wald oder unter Bäume zurück. Ohne genau beschreiben zu können weshalb, füh-

len wir uns nach einem solchen Aufenthalt oft ausgeruht und voller neuer Kraft und Lebensenergie. Möglicherweise nehmen wir so die wohltuende, stärkende und heilende Energie der Bäume unbewusst wahr...

**W**enn wir lernen, den Baum auf körperlicher (z.B. durch Berührungen) und geistiger Ebene wahrzunehmen und mit ihm zu kommunizieren, beginnen wir zu fühlen, dass sich alles miteinander in einem gegenseitigen Austausch befindet. „Jetzt halten wir Zwiesprache mit der Natur, mit uns und darüber hinaus mit der Idee des Schöpfergedankens. Diese Zwiesprache wird zur heilenden Kraft. Die Quelle der heilenden Kraft finden wir durch diese Zwiesprache zwischen dem Baum und uns in uns selber. [...] Dies geschieht auf der geistig-seelischen Ebene. Aus dieser Ebene heraus wirkt der Baum in die körperliche Ebene. Sein Vermitteln erleben wir im grobstofflichen Organismus als Heilungsprozess. Es gibt unzählige Möglichkeiten, durch die Energien und Kräfte der Bäume zu innerer, geistiger Harmonie und zu Heilung zu finden. Wenn wir den Baum als einzigartiges, energiespendendes und heilendes Lebewesen in unser Bewusstsein und in unseren Geist aufnehmen, können wir eine neue, tiefere Beziehung zu diesem kraftvollen Lebewesen und zur



Natur aufbauen. Durch eine solche Beziehung, die nicht nur auf materiellen, sondern auch auf geistigen Aspekten beruht, wachsen in uns Verständnis, Verbundenheit, Respekt und Achtsamkeit gegenüber der gesamten Schöpfung. Diese Aspekte sind grundlegend für eine harmonische Beziehung des Menschen zu seiner „Mitwelt“. Durch eine neue Wahrnehmung, Verbundenheit und Freundschaft mit allem Lebendigen können wir

uns gemeinsam auf den Weg zu einer ganzheitlichen Ökologie machen.

**M**enschen können lernen, mit Tieren, Pflanzen, Landschaften, mit der Natur zu kommunizieren. Dies ist die Voraussetzung für jede Ökologie, wie sie heute für das Überleben in allen Bereichen wichtig geworden ist. Wir alle müssen lernen, Verantwortung zu übernehmen, für das, was wir unserer Lebensgrundlage, der Natur, antun. Wir müssen wieder verstärkt für die Bäume sorgen. Auch heute noch betrachten viele Naturvölker den Baum als Mittler zwischen Himmel und Erde, zwischen den Menschen und dem Schöpfer. Sie nehmen die enormen Kräfte und die heilenden Energien dieser einzigartigen Lebewesen wahr und behandeln die Bäume mit Achtung und Respekt. Der Wald übt noch heute eine große Faszination auf den Menschen aus. Wenn wir durch raschelndes Laub schlendern und die herb frische Luft des Waldes atmen, fällt es uns leicht uns zu entspannen und aufzutanken. Nicht selten bleiben wir stehen und bestaunen Wurzelwerk und Baumvielfalt, die kraftvollen Motive fesseln uns magisch und wir müssen entscheiden, ob wir uns in der Anschauung versenken oder weiterhuschen. Ganz so dramatisch ist es wahrscheinlich nicht immer, wenn wir im Wald wandeln aber vielleicht gelingt es und dennoch ein wenig den Zauber des Waldes zu enträtseln. In einem natürlich gewachsenen Wald begegnet der Mensch einer ungewohnten Architektur und Formgebung, er setzt sich einem Umfeld höherer Ordnung aus, die ihm auf den ersten Blick zwar chaotisch erscheint, da er durch seine zivilisierte Wohngegend an einfache Raumordnungen gewohnt ist, aber eigentlich findet er Harmonie vor.

Dantes „Göttliche Komödie“ beginnt mit den Worten: „Dem Höhepunkt des Lebens war ich nahe, da mich ein dunkler Wald umfing und ich, verirrt, den rechten Weg nicht mehr fand. Wie war der Wald so dicht und dornig, o weh dass ich es nicht erzählen mag und die Erinnerung daran mich schreckt.“

Dante beschreibt den Beginn seines Erlösungsweges mit der Höllenfahrt, wobei das Ganze im Wald seinen Anfang nimmt. Damit wird der Wald für Dante ebenfalls zum Ort der Initiation.

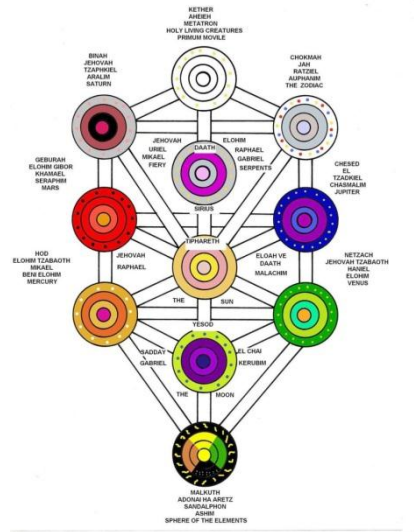
**D**er Wald kann somit aus spiritueller Sicht ein Ort des mystischen Todes und der Wiedergeburt sein, sofern er als solcher aufgesucht wird. So könnte es sein, dass eine kleine Wanderung völlig absichtslos ein kleines Abenteuer der Seele werden könnte, wenn die Seele dafür bereit ist. Unter Animismus versteht man jene Vorstellung vom Leben, dass alle Materie beseelt ist. Das will meinen,



dass jeder Stein, jede Blume, was auch immer, einen Geist oder eine Seele hat, sei dies ein See, eine Quelle oder ein Berg. Demnach dürfen wir in Bereichen unberührter Waldstriche eine größere Dichte an Lebenskraft, (Od oder auch Prana, Lung oder Axe usw.) erwarten, als an Orten, wo Menschen mit wenig Bewusstsein einherschreiten.

**M**an bedenke Buddha, der die Erleuchtung unter einem Feigenbaum erlangte. Buddha beschloss nicht eher von seinem Platze zu weichen, bis er wusste, wie der Mensch sich von allem Leid erlösen konnte. „In der christlichen Überlieferung hängt der gekreuzigte Jesus an einem Baum, dem Baum des unsterblichen Lebens, und er ist die Frucht des Baumes. Jesus am Kreuz, Buddha unterm Baum – das sind die gleichen Gestalten. Interessanterweise wurde Buddha auch unter einem Baum geboren, womit sich der Kreis wiederum schließt.

**B**ei der jüdisch-mystischen Kabbala haben wir es ebenfalls mit einem Baum zu tun, den man sich aber als auf den Kopf gestellt vorstellt. „Der Sefirot-Baum ist das Herzstück der Kabbala, ihr einflussreichstes und vielschichtiges Symbol. Die Sefirot sind die zehn Urzahlen, die in Verbindung mit den zweiundzwanzig Buchstaben des hebräischen Alphabets den Schöpfungsplan aller oberen und unteren Dinge vorstellen. Sie sind die zehn Namen, Attribute oder Potenzen Gottes, und bilden einen pulsierenden Organismus, der das „mystische Antlitz Gottes“ oder „Leib des Weltalls“ genannt wird.“ Der Weltenbaum stellt dar, wie aus der unfasslichen Leere die göttliche Energie durch die verschiedenen göttlichen Eigenschaften und Aspekte der Wirklichkeit zur Materie herabsteigt. Der Kabbalist unternimmt eine Initiations-Reise und startet vom Erdreich aus los und versucht dem Ursprung entgegen zu wandern, indem er durch die verschiedenen Aspekte Erfahrungen macht, die ihn dem Göttlichen näher bringen. Was der Baum des Lebens für eine Funktion hatte, lässt sich aus dem Mythos selbst nicht ergründen. Erst später, als logische Fortsetzung der jüdisch-christlichen Geschichte, bekommt der Lebensbaum eine spezifische Bedeutung, nämlich erst als Jesus auf der Schädelstätte Golgatha gekreuzigt wird, wird das Holz zum lebensspen-



denden Symbol. Der Kalvarienberg wird zum Omphalos, zum Nabel der Welt, zur Mitte der Welt.

**D**ie Wirklichkeit ist Non-dual, das will heißen, dass es keine Trennung gibt, dass alles göttlich ist und die Vorstellung von der Welt und dem Ich reine Einbildung sind. Wer die Trennung aufgehoben hat, hat keine Furcht und keine Gier, er erfreut sich an der Göttlichkeit des Seins und ist von Mitgefühl durchdrungen.

**K**raftorte sind besondere Plätze an welchen die Mächte der Erde verstärkt wahrzunehmen sind. An ihnen treffen sich die Energiebahnen unseres Planeten, wodurch energetische Knotenpunkte entstehen. Kraftorte sind daher zu vergleichen mit den Akupunkturpunkten des menschlichen Körpers. Diese heiligen



Orte schenken uns neue Kraft, Zuversicht und Mut. Sie führen uns unser Inneres vor Augen und unterstützen die Wahrnehmung des ganzheitlichen Seins. Sie erleichtern uns die bewusste Verbindung mit

der universellen Energie. Die energetischen Kräfte dieser Orte unterstützen das Zelebrieren von Ritualen und so die magische Arbeit. Seit Anbeginn der Menschheit nutzen die Weisen unseres Volkes diese Besonderen Plätze. Alte Kirchen, Hünengräber, Steinkreise und Wallfahrtsorte liefern uns noch heute Zeugnis für das Wissen um die Macht der Kraftplätze. Kraftorte findet der Suchende überall. So ist es nicht nötig die leider viel zu überlaufenden, vom Menschen energetisch gestörten sowie kommerziell genutzten Orte wie Stonehenge oder die Externsteine aufzusuchen, um in den Genuss dieser besonderen Macht zu gelangen. Wer mit offenem Geiste durch die Wälder und Felder seiner Heimatstadt streift wird auch dort seine heilige Stätte finden. Uralte Bäume, Lichtungen, Quellen, Grotten, Felsformationen usw. können ein Anzeichen für einen Knotenpunkt der Energiebahnen sein. Es ist wichtig zu wissen das Kraftorte unterschiedlich auf Menschen reagieren und Menschen unterschiedlich auf Kraftorte. Ein Kraft Ort an welchem du dich wohl, geborgen und behaglich fühlst kann z.B. für andere deine ein Ort des Grauens sei. Die energetischen Schwingungen jedes Menschen sind unverwechselbar und einzigartig. Daher besteht die Möglichkeit, dass die Kräfte, welche du aussen-

dest, sich harmonischer zu jenen des Platzes verhalten, als dies bei einem anderen Wesen der Fall ist.

**G**laubst du deinen persönlichen Kraft Ort entdeckt zu haben, so begeben dich auf die Suche nach dem Geiste dieses Platzes. Oftmals ist es leider der Fall, dass Kraftorte von uns Menschen missbraucht worden sind, wodurch negative Energien das Gesicht des Platzes prägen. Orte an welchen Schlachten, Vergewaltigungen, Morde und Dämonenbeschwörungen stattfanden solltest du nach Möglichkeit meiden. Es kann auch hilfreich sein zu versuchen über das örtliche Stadt- und Landschaftsmuseum Informationen über diesen Ort und seine Geschichte einzuholen.

**W**älder sind Kathedralen - auf geheimnisvollen Pfaden taucht man ein in die Stille, die aufragenden Bäume reichen bis in den Himmel und bilden ein grünes Gewölbe. Umgeben von der Schönheit der Natur können wir hier die Ruhe genießen und auf den Grund unserer Seele blicken. Die Bäume am Wegesrand haben Botschaften für uns - je nachdem welcher Baum unsere Aufmerksamkeit auf sich zieht, sagt einiges über unsere momentane Situation aus. Die Bäume haben Zeit und unter den rauschenden Blättern hören wir ihr Flüstern - sie erzählen von der Ewigkeit und öffnen das Tor in eine längst vergessene Zeit, in der man sie ob ihrer Heilkraft schätzte und sie sogar als heilig verehrte...

**B**äume sind voller Kraft und Zauber. Sie besitzen Heilkräfte. So kann man seinen ganz persönlichen Baum finden, seine Eigenschaften sagen viel über unsere eigene Situation aus. Dieser Baum schenkt uns Kraft, er wacht über uns und stellt unsere Verbindung zum Naturreich her.

**VERBRINGE IN DER KOMMENDEN WOCHE ZEIT IN DER FREIEN NATUR.**

**ÜBE DICH DARIN, DICH MINDESTENS EINMAL IN DER WOCHE AUF EINEN BAUM ODER EINE PFLANZE ZU KONZENTRIEREN, UND STELLE DIR DABEI EIN UM DIE PFLANZE BEFINDLICHES LICHTERBAND VOR.**

**VERSUCHE, DEINE UNMITTELBARE UMGEBUNG DURCH KLEINE VERÄNDERUNGEN ZU VERSCHÖNERN.**

**ACHTE WÄHREND DES TAGES AUF ENERGIEVERLAGERUNGEN UND MACHE MINDESTENS EINMAL TÄGLICH BEWUSST DARAN, ENERGIE AUFZUBAUEN.**

**ÜBE DICH DARIN, DIE SCHÖNHEIT IN DEINEN FREUNDEN, DEINER FAMILIE UND DEINEN MITARBEITERN ZU SEHEN.**

## Kapitel 14: Die Geburtsvision

### Das Erwachen zur eigenen Identität

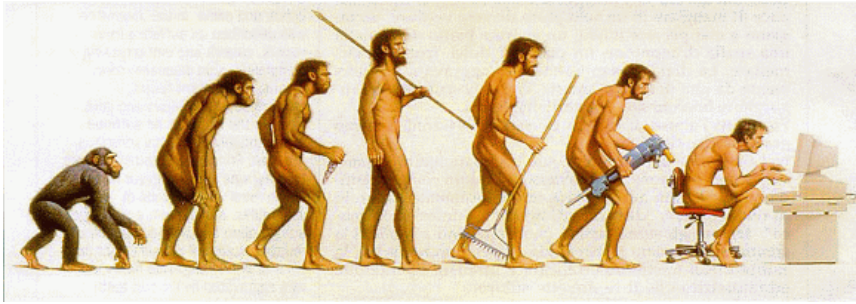
Worte, zumal geschriebene, sind kein Ersatz für persönliche Erfahrung mit den Mysterien des Lebens. Sie können bereits das aufregende Gefühl, ein Teil der von Ihnen gesuchten Wahrheiten am eigenen Leibe erfahren zu haben. Es gibt keine Grundlagen oder Theorie darüber, wie die Türen, die Sie durchschreiten wollen, zu öffnen sind, wenn Sie bereit sind, den Schritt zu machen. Die Frage kann lauten: Wer bin

ich? Worin besteht die Vision meiner Geburt? Und als Antwort kann inneres „Ja“ erscheinen, das Tief aus einem inneren Wesen aufsteigt, wenn sich etwas richtig anfühlt, wenn eine Beziehung blüht, oder wenn Sie einen anderen Menschen ohne großes Federlesen geholfen haben. Es ist eine tiefe Überzeugung, dass leichte Verschiebung in der Vorstellungskraft eines Menschen mehr Einfluss auf sein Leben haben kann als ein konzentrierter Versuch, etwas zu verändern und die tief greifende Veränderung in Bewegung innerhalb der Imagination folgen wird. Es ist von großer Wichtigkeit, dass wir uns von erstarrten und althergebrachten Ideen und Vorstellungen darüber trennen, was es bedeutet, zu lieben, verheiratet zu sein, einen Freund zu haben oder in einer Gemeinschaft zu leben.



### Das Erwachen erhöht die Energiezufuhr und die Häufigkeit des Auftretens von Erkenntnissen

Bei der Geschichte der Menschheit handelt es sich um die Geschichte, die wir einander erzählen, weil wir glauben, dass sie sich so ereignet hat. Geschichte ist die Geschichte unserer Glaubensvorstellung, eine Aufzeichnung der von uns gewählten Optionen, doch ist sie nicht die einzige Grundlage für unsere Zukunft. Wir begreifen wir unsere Vorgeschichte nicht mehr als den blutigen Kampf des menschlichen Tieres, das von Selbstsucht getrieben danach strebt, die Natur zu bezwingen und die angenehme Lebensbedingungen abzurufen, indem es sich aus dem Dschungel herausbricht und eine unüberschaubare, komplexe Zivilisation schafft.



**J**etzt sehen wir die gesamte Menschheitsgeschichte als einen spirituellen Prozess, bei dem der Mensch Generation für Generationen, Leben für Leben einem einzigen Ziel entgegenstrebt: der Erinnerung an das, was wir im Jenseits bereits gewusst haben, und der Verbreitung dieses Wissens auf der Erde. Geburtsvisionen, obwohl je nach Bedürfnis der einzelnen Ziele verschieben, enthalten immer das kollektive Ziele, zum Bewusstsein zu werden. Geburtsvisionen sind die treibende Kraft, wodurch jeder einzelne die Evolution der Menschheit beschleunigt. Den meisten spirituellen Schulen zufolge erhebt sich die Seele von einem bestimmten Stadium der Entwicklung an das Recht, sich die Vehikel bzw. die Eltern für die Rückkehr auf der Erde selbst auszusuchen. Das Wissen um ihre ursprüngliche Geburtsvision verstärkt ihren Enthusiasmus und hilft Ihnen dabei, bereits getroffene Entscheidung im Nachhinein als richtig zu akzeptieren. Sie sehen, dass ihr bisheriges Leben im Einklang steht mit der tiefen Weisheit hinter ihrer ursprünglichen Intention, wenn es auch durchaus nicht vorbestimmt war. Nicht jeder von uns denkt im Leben voraus. Nähern wir uns neuen Ideen, ohne auch nur einen Schimmer davon zu haben, worin sie uns führen mögen. Für manche trifft dies auch auf die Frage der Wiedergeburt zu.

So wie es scheint existieren in dieser Ebene drei Hauptgruppen von Seelen, jene die über keinen Plan für bevorstehendes Leben verfügen; jene die über einen Plan verfügen; und jene, die eine fundamentale Mission zu erfüllen haben. Denken Sie an Augenblick über ihre wichtigsten Menschen in ihrem Leben.

**Können Sie sich vorstellen, wie Sie sich hier verabredet haben?**

**Erinnern Sie sich daran, wie Sie Ihren besten Freund getroffen haben? Ihren Ehepartner?**

**Jemand, die an einer Wegkreuzung ihrem Leben auftauchte?**

**Waren sie sich damals dem Spiel des Schicksals bzw. der Synchronizitäten bewusst?**

**M**enschen, die ihr Vorleben aus der Perspektive des Jenseits wahrzunehmen im Stande sind, teilen einige Ratschläge, die wir uns vor der Planung eines neuen Lebens in der spirituellen Dimension schon heute gut zu Herzen nehmen sollten. Seien Sie extrem vorsichtig bei der Prägung fester Ansichten oder Urteile, diese können offen war durch mehrere Reinkarnation hindurch wirksam sein. Seien Sie bei der Planung ihres neuen Lebens nicht zu ambitioniert, aber auch nicht zu bescheiden.



Unsere Wahl der Inkarnation scheint sich nach dem Entwicklungsstand der Seele zu richten. Möglicherweise haben sich jüngere, weniger entwickelte Seelen noch nicht das Recht erworben, einen Lebensplan zu entwerfen und müssen mit den Eltern vorliegen, die Ihnen präsentiert werden. Seelen die ungewöhnlich viel Leid oder Schaden verursacht haben,

können lange Zeit in lichtlosen Bereichen verbringen, und müssen jedes von ihm verursachte Leid noch einmal durchleben und um ihr spirituelles Wachsen kämpfen müssen.

Obwohl es keinen zürmenden Gott oder ein Jüngstes Gericht gibt, das uns bestraft, werden wir den Nachwirkungen unserer Untaten doch nicht entgehen. Bitten wir

jedoch um Hilfe, stellen sich erfahrene Seelen freiwillig zur Verfügung, um uns speziell zur Seite zu stehen



Mit Hilfe ihrer Führer oder Ihrer Seelengruppe wird die Seele dem Wahl die Wahl der Eltern und äußeren Umstände treffen; danach findet den Glauben der Hindus zufolge jedoch nur noch ein Interview mit Gott statt. Gott bewilligt oder verneint dann den Wunsch der Seele. Verneint er ihn, hat die Seele die Wahl, einen andern Geburtsort und eine andere Familie zu wählen oder auch oder aber auf ihrer ursprünglichen Wald zu bestehen. Gott zwingt nie einer Seele seinen Willen auf. Offenbar macht die Seele einer Reservierung bei der aus erwählter Mutter und kann den wachsenden Fötus von da an zu jedem Zeitpunkt vor der Geburt aufsuchen, in manchen Fällen sogar erst nach der Geburt.

### **Trotz unseres Planes verfügen wir über einen freien Willen**

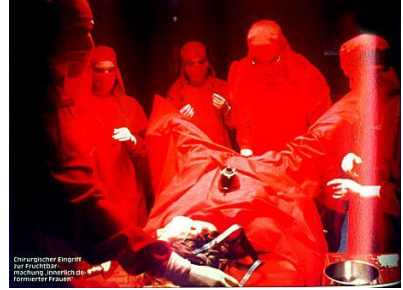
**Diese Vision von Vorleben entsprechen dem Idealfall, der jedoch nur dann eintritt, wenn wir all unseren Intuitionen genau folgen.**

**O**bwohl wir uns von vorneherein für unseren Pfad entscheiden und uns mit anderen Zielen im Laufe unseres Lebens verabreden, existiert kein Hinweis darauf, dass das Leben in Gänze vorbestimmt ist. Der Sinn des Lebens besteht darin zu lernen, Entscheidungen zu treffen und am eigenen freien Willen zu wachsen. Diese Vorstellung eines Lebensplans mit freiem Willen entspricht in etwa der Verabredung zum Abendessen beim dem wir dann selbst entscheiden können, welches Gericht wir uns bestellen. Aus freien Stücken entscheidet sich der Mensch, in eine bestimmte Familie geboren zu werden, weil sie ihm bei der Erreichung seines Zieles behilflich wird. Noch im Bauch der Mutter erfährt er, was er nicht vergessen soll. Würden Sie diesen Ratschlägen Folge leisten? Würden Sie sich darauf vertrauen, wenn's Sie sie jetzt hören würden? Sie würden es nicht, denn sobald wir die menschliche Form angenommen haben, hängen wir unsere Fahnen nach dem Wind. Wenn nicht weiß, was seine wahre Identität ist, folgt dem Wissen des Windes.



## Der Prozess der Geburtsvision

**B**ereits vor der Geburt haben wir eine Vision davon wie unser weiteres Leben verlaufen wird, inklusive einen Ausblick auf die Eltern und der Tendenz, sich mit Ihnen in bestimmten Kontroll-dramen zu involvieren. Auf diese Weise präparieren wir uns für die kommenden Aufgaben. Interessanterweise erinnern sich 60 % aller Menschen, die Erinnerung



Chirurgischer Einsatz  
bei Fruchtblatz  
Hilfsweise werden die  
Armerter Frauen

an die Zeit vor ihrer Geburt haben, an den Grund für Ihr erneutes Erscheinen auf der Erde und ihr Lebensziel. Die anderen 40 %, die über keine Vorstellung von Ihrem Lebensziel verfügen, gehören zu der Gruppe derer die nicht freiwillig auf die Erde zurückgekehrt sind. Bei all den persönlichen Interessen dabei ist es interessant zu sehen, wie viele der Menschen, die sich mit ihrem Vorleben befasst haben, zu einer klaren Vorstellung über den Sinn Ihres Lebens gelangt waren.

## Der schwierige Weg

**E**s hat den Anschein, dass manche Seelen sich selbst fordern, indem sie sich dafür entscheiden, in einer brutalen, verständnislosen oder extrem eingeschränkten Umgebung Form anzunehmen. Es ist möglich, dass gerade diese Seelen welche vor ihrer Geburt optimistischsten über die Handhabung ihres Lebens im menschlichen Körper gewesen sind, davon überzeugt, stark genug zu sein, ihre Wut und ihren Ärger über die Ihnen widerfahrenden Beschränkungen zu verarbeiten und Ihrer Familie zu heilen, all dieses um ihre Mission zu erfüllen. Eine fortgeschrittene Seele inkarniert sich in einem Familienzusammenhang, der nicht so weit entwickelt ist, gerade als wolle sie den anderen Seelen dort beim Erwachen behilflich sein oder einfach nur um die Erfahrung zu machen, wie es ist, sich in der Gesellschaft solcher Seelen zu inkarnieren.

- Wie hoch ist der Anteil des Wunsches einer Seele an einem traumatischen Ereignis, das den Menschen befällt?
- Wird eine Frau vergewaltigt, heißt das, dass ihre Seele diesen Vorfall gewählt hat?
- Wenn ein Mann sein Sohn verliert, heißt dieses, dass seine Seele dies geplant hat?

**A**nhand der Aussagen jener, die durch Rückführung Zugang zu ihr zu ihrer Existenz im Jenseits hatten, lässt sich sagen, dass derart spezifische Vorkommnisse im Allgemeinen nicht vorher geplant wurden. Allerdings kann eine Seele sehr wohl beschließen, ihre eigene Entwicklung zu beschleunigen, indem Sie sich für das zu lösende Karma öffnet, ohne den genauen Zeitpunkt und die Umstände des Ereignisses bestimmen zu können. Es gibt keinen Zauberspruch, der uns Weisheit verleiht. Nur durch unsere eigenen Erfahrungen, und nur dann, werden wir lernen. Wir können unzählige Bücher lesen, deren Worte uns inspirieren und uns in eine bestimmte Richtung lenken. Doch nur die eigene Erfahrung kann dem geschriebenen Wort eine wahre Bedeutung verleihen. Verursacht eine Seele absichtlich den Tod eines anderen, so müssen die Konsequenzen für diese Handlung ausgeglichen werden. Eine Seele kann sich zum Beispiel entschließen, sich zur Abgeltung karmischer Schulden in einem Leben zu opfern. Manchmal gibt es Seelen, die nicht im Körper bleiben wollen und die sich freiwillig in Situation begeben, indem der Körper stirbt um einem anderen das Leben zu ermöglichen.



**M**anche Babys sterben, weil Ihre Körper nicht stark genug war, erwachsen zu werden, oder weil sie, aus welchen Gründen auch immer, vom Anfang an nicht die Absicht hatten, ihr Leben zu vollenden. Ein Kind kann lange genug leben, um seinen Eltern Freude zu bereiten, und sein früher Tod kann den Eltern eine Chance zum spirituellen erwachen bieten, die sie sonst nicht erhalten hätten. Ge-

wöhnlich gibt es tiefere Bedeutung für alle wichtigen Begebenheiten in unserem Leben, als wir auf als wir auf dem ersten Blick glauben oder zu verstehen im Stande sind.

### **Der Lebensüberblick**

**N**iemand von uns wird seine Geburtsvision vollständig erfüllen. Doch je bewusster wir werden, desto einfacher wird es uns fallen, offen zu bleiben und unsere Intuition zu folgen. In Verbindung mit unserer Quelle sind wir in der Lage, mehr Liebe zu geben und unserer Kontrolldramen durchzuarbeiten. Mit Hilfe verstärkter Selbstreflexion nehmen die Dinge nicht mehr so persönlich und können die Achterbahnfahrt des Lebens in voller Zügen genießen. Wir entdecken nicht nur dass unsere Intuition und Vorahnung tatsächlich Erinnerungen an unsere vorgeburtliche Intention sind, sondern auch, wann und wo wir vom Wege abgekommen sind bzw. Gelegenheiten verpasst haben. Dank dieser Erinnerung können wir dann den Weg wieder finden, den wir von vorne eingehen wollten. Mit anderen Worten, wir bringen diese Vorgänge immer mehr in unser weltliches Bewusstsein. In der Vergangenheit mussten wir sterben, um unser Leben in einer Rückschau dieser Art betrachten zu können; doch heute können wir schon früher aufwachen und den Tod letzten Endes überflüssig machen.

Die Zeit eines Menschen, an seine Zukunft zu denken, ist dann wenn er sich in seiner zukünftigen Vergangenheit befindet. Betrachten Sie jeden Tag als makellose Seite im Buch Ihres Lebens. Lassen Sie es nicht zu, dass diese Seiten beschmutzt oder verunreinigt werden. Nehmen Sie diese Seiten so makellos mit auf die andere Seite hinüber, und ihre wildesten Träume werden bei weitem übertroffen werden. Am besten rufen Sie sich folgenden Satz täglich ins Gedächtnis: Begrüße jeden Tag als unbefleckte Zukunft um die so sorgfältig mit ihm um als handle es sich der bereits um ein veröffentlichten Bericht aus seiner Vergangenheit.

## Den Zweck des eigenen Lebens annehmen

Die beste Möglichkeit, das anzuziehen, was Sie sich wünschen, besteht darin, starke Intention und Fokus auf die Manifestation der betreffenden Sache zu verwenden und dann den Gedanken daran loslassen ohne den genauen Ablauf oder Ausgang der Angelegenheit zu planen und kontrollieren zu müssen. Je weniger sie kämpfen und sich Mühe geben, desto schneller wird sich der vor ihnen liegende Weg zu erkennen geben. Die Frage, ob im jenseits aller



Seelen über ein Bewusstsein über das im Leben gelernte verfügen, wird bejaht. Selbst Menschen, die keinen Begriff vom eigentlichen Grund ihrer Inkarnation zu haben scheinen, verfügen als Seele über ein Bewusstsein darüber.

Kann jemand seine Weltsicht einfach durch das Lesen eines Buches verändern? Generell lassen sich insbesondere die Menschen des westlichen Kulturkreis nicht allein durch das Lesen von Büchern von der Bedeutung der spirituellen Dimension überzeugen. Einer wahren spirituellen Öffnung geht immer eine direkte persönliche Erfahrung voraus. Auch wenn zu Anfang Bücher gelesen, Vorträge angehört oder spirituellen Gruppen besucht und durch Meditation sowie andere geistliche Übung behutsame Transformation eingeleitet werden konnten.

Es ist hilfreich, sich das Eintreffen des Glücks durch die Schaffung harmonische Bedingungen vorzubereiten, in dem Sie jeden Tag in bestimmten Schwingungszuständen wie Dankbarkeit, Vergebung, Loslassen (von der Notwendigkeit, einen Wunsch erfüllt zu haben), Humor, Liebe und Offenheit üben. Der zu sein, der Sie wirklich sind und sich Ihre Talente dankbar und großzügig zu bedienen wird Ihnen dabei helfen, sich im Fluss zu befinden.

Wenn ihre Zeit gekommen ist, die Welt zu verlassen, wird das einzige was sie mitnehmen können, das Wissen ihres Herzens sein.

## Der Dienst am Nächsten ist der Weg

**W**ir müssen mehr am Wohlergehen anderer als an unserem eigenen interessiert sein. Damit dienen wir automatisch unserer eigenen Sache. Dieses war die Botschaft, die vor Jahrtausenden von Christus und anderen spirituellen Führern verbreitet wurde. Diese Botschaft ist nach wie vor gültig. Wie zu Jesus Zeit Seiten lautet sie auch heute noch: Liebet einander. Dies ist nicht eine von vielen Wegen, spirituell zu wachsen, sondern der einzige.



© Artem Chernyshevych (sxc.hu)

**Betrachten Sie ihre Eltern von einem spirituellen Standpunkt aus und denken Sie eine Zeit lang über die tiefere Bedeutung der Wahl ihre Eltern oder Fürsorgeperson nach.**

### **Der Vater**

- **Wenn es eine Bildunterschrift unter einem Foto ihres Vaters geben würde, die sein Leben in einem Satz zusammenfassen, wie würde sie lauten?**
- **Was hat im Leben ihres Vaters gefehlt? Gab es etwas, das er wollte jedoch nicht erreicht hat? Welche Charaktereigenschaften waren schwach oder gar nicht entwickelt?**
- **Was war die wichtigste Lektion, die sie von ihrem Vater gelernt haben?**
- **In welcher Hinsicht ähneln Sie ihm?**
- **Welchen Einfluss hatte er auf ihren Weg?**

### **Die Mutter**

- **Wenn es eine Bildunterschrift unter einem Foto ihrer Mutter geben würde, die ihr Leben in einem Satz zusammenfassen, wie würde sie lauten?**
- **Was hat im Leben ihrer Mutter gefehlt? Gab es etwas, das sie wollte, jedoch nicht erreicht hat? Welche Charaktereigenschaften waren schwach oder gar nicht entwickelt?**
- **Was war die wichtigste Lektion in Ihrem Leben die sie von ihrer Mutter gelernt haben?**
- **In welcher Hinsicht ähneln sie ihr?**
- **Welchen Einfluss hatte sie auf ihren Weg?**

## **Reflexion ihrer eigenen spirituellen Philosophie**

**Nehmen sich einen Augenblick Zeit und sich folgende Fragen zu stellen und zu beantworten:**

**Wie standen ihre Eltern zu Gott?**

**Vater/Mutter ?**

**Was war die Ansicht ihre Eltern über das Leben nach dem Tod?**

**Vater/Mutter ?**

**Welche drei Wertvorstellungen waren ihren Eltern am wichtigsten?**

**Vater/Mutter ?**

**Durch welche Ideen oder Konzept haben Ihre Eltern Sie am meisten geprägt?**

**Vater/Mutter?**

**Was haben Ihre Eltern der Welt hinterlassen?**

**Vater/Mutter**

**Was werden Sie anders machen, nachdem sie die Gelegenheit hatten, das Leben ihrer Eltern aus nächster Nähe zu betrachten? Was haben sie von ihren Eltern gelernt?**

**Vater/Mutter**

**Was sind die herausragenden Merkmale im Leben ihrer Eltern? (Zum Beispiel gute Gesundheit, Erfolg, Liebesfähigkeit, Sinn für Humor, kreative Erfüllung)**

**Vater/Mutter**

**In welcher Hinsicht sind sie genau wie ihre Eltern?**

**Vater/Mutter**

**In welcher Hinsicht unterscheidet sich ihr Leben wesentlich von dem ihre Eltern?**

**Vater/Mutter**

**Angenommen es gäbe einen Grund, weshalb ihre Eltern perfekt für Sie in diesem Leben gewesen wären, worin bestände er?**

**Vater/Mutter**

## **Das Entdecken ihrer Geburtsvision**

**Schließen Sie einen Augenblick die Augen hatten Sie ein paarmal tief ein und aus. Entspannen Sie Ihren Körper. Stellen Sie sich vor, Sie befinden sich auf einem Hügel und blickten auf einem Pfad hinab. Sie sehen sich selbst auf diesem Pfad wandeln. Welche Bilder steigen an bestimmten Stellen auf diesem Pfad in denen auf? Welche Bilder und Botschaften warten am Ende des Pfades auf Sie? Verfolgt ständigen Sie die folgenden Sätze mit dem entsprechenden Bildern und der Intuition die sie empfangen:**

**Am Anfang meines Pfades sehe ich .....**

**In der Mitte meines Pfades sehe ich.....**

**Am Ende meines Pfades sehe ich.....**

**Wie würden Sie sich selbst jemand anderen gegenüber in einer folgenden Kategorie beschreiben? Datieren Sie Ihre Antworten und lesen Sie sie noch einmal in sechs Monaten, einem Jahr, fünf Jahren. Meine Stärken sind**

**Ich habe ein Talent zum.....**

**Meine liebste und mich am meisten erfüllende Tätigkeit besteht in.....**

**Ich habe zum Lauf der Welt beigetragen, indem.....**

**Die drei größten Herausforderungen meines Lebens waren.....**

**Diese Herausforderung hat mir dabei geholfen.....**

**Ich betrachte das Leben als.....**

**Am wertvollsten ist mir im Leben.....**

**Am meisten freue ich mich an.....**

**Ich bin am glücklichsten, wenn.....**

**Ich bin stolz, wenn.....**

**Mein Beruf ist.....**

**Was mir niemand nehmen kann, ist.....**



**Als nächstes würde ich gern erleben.....**

**Am liebsten würde ich als Erbe hinterlassen.....**

**Ich habe das Gefühl, dass meine Geburtsversion.....**

**Meine Weltvision ist .....**

**Das Folgen der Vision**

**Wir wissen, dass uns Aspiration und Vorstellung von einem idealen Leben durch unsere tiefe Geburtsversion vermittelt werden. Akzeptieren Sie Ihre Tagträume als wirkliche Wünsche, die auf irgendeiner Weise durch die Erfüllung suchen. Vielleicht werden sie niemals an der Oper singen, aber solange sie es sich zutrauen, könnten sie es wenigstens versuchen. Vielleicht bereitest du ihn sogar noch mehr Spaß (und darum geht es ja unter anderem auch), einem Chor in Ihrer Gemeinde zu leiten. Irgendwann sollte ihre Version ein Ausdruck in ihren Handlungen finden, die der Weg der Erfüllung ihrer Träume sind. Menschen sind nicht nur mechanische Reaktionswesen, die man darauf trainiert hat, aus Überlebensgründen die bestehenden Konditionen zu überleben. Menschen sind ebenfalls Träumer, die sich ihrer Träume erfüllen können.**

**Visionsspiele**

- **Welches Bild taucht immer wieder in ihren Kopf auf? Was wünschen Sie sich?**
- **Was besitzen Sie, das Sie nicht verlieren möchten?**
- **Stellen Sie sich vor, dass sie morgen unter idealen Lebens- und Arbeitsbedingungen aufwachen und in der Lage sind, ihre besten Qualitäten Ausdruck zu verleihen. Schreiben Sie ein paar Sätze zu diesem Thema.**
- **Beschreiben Sie sich mit einem einzigen Wort. Auf welche Weise ist dieses Attribut allgemeiner zu nutzen? Wie bedienen Sie sich dieser Qualität? Schreiben Sie ein paar Zeilen zu diesem Thema. Zensieren Sie sich dabei nicht.**
- **Machen Sie es sich zur Angewohnheit, die Nachrufe in Ihrer Zeitung zu lesen. Als Lebensrückschau und vermitteln Sie uns die Höhepunkte und die Herausforderung eines ganzen Lebens. Selbst die Todesanzeigen vermitteln oft den Eindruck von verantwortungsvoll gelebte**

**Leben, von Erfindungen, Talenten und vor allem von maßloser Liebe.**

**Greifen Sie pro Tag oder Woche eine der folgenden Fragen auf und denken Sie darüber nach. Versuchen Sie nicht, mit allen Mitteln mit allen Fragen auf einmal zu arbeiten. Schreiben Sie ein paar Zeilen und Absätze zu der Frage, die Sie im Augenblick am meisten beschäftigt.**

**Bearbeiten Sie die folgenden Fragen**

- **Gibt es in Ihrem Leben in eine Situation oder Beziehung, die sie für ungelöst halten oder die ihnen innere Unruhe bereitet? Wenn wir wissen, dass wir jemanden eine Entscheidung, Erklärung oder ein Anruf schuldig geblieben sind, so ziehen diese Versäumnisse in einem fort kleine Mengen von Lebensenergie ab. Das gleiche gilt, wenn wir uns entschlossen haben, etwas zu tun, sich diese Entscheidung jedoch nicht richtig anfühlt. Die eigenen Gefühle zu begraben oder anstehende zu verschieben, verstärkt zusätzlich den Abzug von Energie. Machen Sie sich diese Dynamik bewusst.**
- **Bitten Sie um Hilfe durch das Universum bei der Lösung dieser Problematik. Folgen Sie Ihren Intuitionen. Achten Sie darauf, welche Dinge ihre Entwicklung beschleunigen.**

**Gibt es irgendwelche Gegebenheiten in Ihrem Leben, die innere Energie abziehen, selbst wenn es nur wenig sein sollte?**

- **Welche Hindernisse gibt es gegenwärtig in Ihrem Leben? Hindernisse zwingen uns, tiefer auf Dinge einzugehen und kreativer zu werden. Was ist der versteckte Segen solcher Hindernisse? Wovor haben Sie möglicherweise Angst? Wenn Sie zum Beispiel denken, Geldmangel hinderte sie daran ihr Geschäft zu erweitern, vielleicht haben sie in Wirklichkeit Angst davor, den nächsten Schritt zu wagen?**
- **Was funktioniert in Ihrem Leben gut? Mit diesen Dingen handelt sich um Teile ihrer Geburtsvision. Denken Sie an die Zeit zurück, als sie diese Gegebenheiten in Ihrem Leben auftraten. In welcher Geistesverfassung befanden sich, als sie diese Dinge anzogen? Stellen Sie**

fest, wie viel sie erreicht haben, wie erfolgreich sie sind. Verleihen Sie täglich ihren Dank dafür Ausdruck.

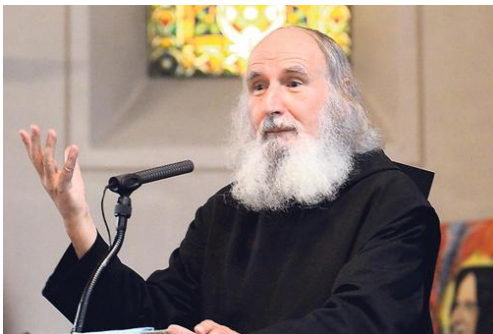
- In welchen Situationen Aufwands zurzeit eine Energiezufuhr? Dies ist ein sicheres Zeichen dafür, dass sie einer inneren Notwendigkeit folgen, die Sie mit Ihrer Geburtsversion verbindet.
- Welches Fernziel scheint sich am Horizont anzubahnen?
- Wenn Sie eine Vorhersage darüber treffen sollten, was in den nächsten drei Monaten geschieht, welche drei Dinge würden sie vorher sagen?
- 

Tragen Sie das heutige Datum hier ein.....

## Kapitel 15: Transformation im Berufsleben

Eine neue Ethik bewegt sich in Richtung eines erleuchtenden Kapitalismus; sie orientiert sich nicht lediglich an der Maximierung von Profiten, sondern kümmert sich auch darum, den wachsenden Bedürfnissen spiritueller Wesen Rechnung zu tragen, Produkte zu den möglichst niedrigsten Preisen erhältlich zu machen und sich schließlich auf eine vollständige Automatisierung der Produktionsmittel zuzubilligen, um den Menschen zu ermöglichen sich ihrer spirituellen Bestimmung zuzuwenden.

Wir verbringen viele unserer wachen Stunden in der spürbaren, materiellen, ergebnisorientierten Geschäftswelt. Viele von uns nehmen den Standpunkt ein: „Wenn man es nicht sehen und anfassen kann, ist es nicht wichtig.“ Mehr und mehr jedoch wird der Wert und die Wichtigkeit des Unsichtbaren bestätigt – selbst bei knallharten Geschäftsleuten. Bekannte Veröffentlichungen aus der Geschäftswelt erkennen an, dass Spiritualität eine legitime Stelle auf dem Marktplatz des 21. Jahrhunderts einnimmt. So veröffentlichte z.B. Business Week vor kurzem eine Titelgeschichte „Religion am Arbeitsplatz“. Eine Ausgabe von Fortune trug den Titel „Gott und das Geschäft“. Viele andere Zeitschriften, Wall Street Journal und Forbes mit einbegriffen, haben ernsthaft die Verbindung zwischen Spiritualität und Arbeitsplatz erwogen.



Es gibt viele Erklärungen für dieses relativ neue Phänomen. Es hängt vielleicht damit zusammen, dass wir nicht nur physische, intellektuelle und emotionale Wesen sind – uns wohnt auch eine angeborene spirituelle Dimension inne. In der chaotischen, unvorhersehbaren Geschäftswelt suchen viele nach Stabilität, Sinn und Antworten auf die endgültigen Fragen des Lebens. Spiritualität kann die psychische

und körperliche Gesundheit fördere z.B. durch niedrigeren Blutdruck, ein stärkeres Immunsystem, Erholung von Substanzen Missbrauch und schnellere Erholung von Operationen und Krankheiten.

Es muss sehr deutlich unterschieden werden muss zwischen Religion (mit allen Formen, Riten, Traditionen, Dogmen und Ausschließlichkeit) und Spiritualität, die sehr persönlich ist und mit einer Beziehung zu Gott (oder einer „höheren Macht“), anderen Menschen und sogar der Welt um uns zu tun hat. Der Zusammenhang zwischen Geistlichkeit und persönlichem wie auch beruflichem Wohlbefinden ist jedoch keine neue Entdeckung. Betrachten Sie z.B. einige der folgenden:

- Spiritualität bietet Prinzipien an, die sich zu folgen lohnen. In einer Welt, von der so viele Menschen behaupten, dass es keine „absolute Wahrheit“ gibt, bietet der Glaube Anleitung und Maßstäbe für das alltägliche Leben. „Der Weg der aufrichtigen Menschen meidet das Böse; wer diesen Weg geht, rettet sein Leben.
- Spiritualität schenkt ein Gefühl der Sicherheit und des Schutzes. Ob wir uns Sorgen um den globalen Terrorismus machen oder das Überleben unserer Firma angesichts scharfer Konkurrenz: wir sehnen uns nach etwas – oder Jemanden – der für uns Quelle der Hoffnung und Beruhigung angesichts extremer Unsicherheiten ist. Wahrer Glaube kann das bieten. „Wer Gott ehrt, lebt sicher und geborgen; sogar seine Kinder leben noch in dieser Geborgenheit.
- Spiritualität kann eine friedliche, zufriedene Lebenseinstellung bewirken. Die täglichen Herausforderungen im Geschäftsleben können einen Zustand großer Besorgnis hervorrufen, aber ein Leben, welches fest verankert ist in tiefen Glaubensüberzeugungen, kann solchen Stress verringern. „Wer Gott achtet und ehrt, hat ein gutes Leben. Er kann ruhig schlafen, denn Angst vor Unglück kennt er nicht“ .
- Spiritualität wird zu einer Quelle der Weisheit und Orientierung. Wenn wir nach Wegweisung suchen bei schweren Entscheidungen, die wir täglich treffen müssen, können uns die Wahrheiten und Prinzipien aus geistlichen Quellen genau zu der so dringend gebrauchten Lösung führen. „Aufrichtigen Menschen verleiht er Glück; er hilft allen, die offen und ehrlich sind. Wer andere gerecht behandelt und Gott verehrt, steht unter seinem Schutz.

ausatmen



Spirituelles Wissen und traditionelle Entspannungsmethoden wie Meditation oder Atemtechniken können helfen, das Klima und die persönlichen Beziehungen in Unternehmen zu verbessern und mehr

Menschlichkeit in einen Arbeitsalltag zu bringen, der zunehmend von technokratischer Kälte und krank machendem Konkurrenzdruck geprägt ist. Diese Erkenntnis werden immer mehr Unternehmen auch im Westen motivieren, sich spirituellem Wissen zu öffnen

Moderne Unternehmen in Industrieländern haben in den vergangenen zwei Jahrzehnten einen früher kaum vorstellbaren Grad an Professionalität erreicht. Maschinen, Arbeitsabläufe, Logistik – alles ist derart rationalisiert worden, dass die Effizienz kaum noch zu steigern ist. „Größter Nachholbedarf besteht bei der Schulung der Mitarbeiter - und zwar weniger in der fachlichen Kompetenz als bei weichen Faktoren wie innere Stabilität, emotionale und soziale Intelligenz

„Ein Rohstoff, den Spiritualität und Wirtschaft gemeinsam brauchen, ist Vertrauen. Ein Mangel an Vertrauen in das eigene Selbst und in das höhere Bewusstsein, das Grundlage des Universums ist, kann eine Gesellschaft krank machen.“

„Die Wirtschaft sollte Menschen inspirieren, nicht motivieren. Motivation wirkt kurzfristig. Inspiration berührt das Herz, weil sie aus der Tiefe, aus der Wahrheit kommt.“

Zunächst einmal müssen wir uns über unsere Talente und Fähigkeiten im Klaren sein und die Bereitschaft haben, damit zu arbeiten, anstatt sich zu wünschen, dass Sie ein anderer mit anderen Fähigkeiten werden. Sie definieren sich durch ihre negativen Selbst Urteile und ihren Schatten. Anstatt auf ihr wahres selbst zu schauen, konzentrieren Sie sich auf Ihr externes Persönlichkeitsbild.

Wir müssen unterscheiden zwischen einem Job und Arbeit. Ein Job es etwas, womit wir unseren Lebensunterhalt verdienen. Arbeit ist der Grund für unsere Anwesenheit auf der Erde. Sie steht in enger Verbindung mit unserem Herzen, der Freude am Leben und alle mystischen. Im der chinesischen Philosophie steht: Als Arbeit zu verrichteten, ist das was dir Freude bereitet.

**D**er Gedanke, dass es zwischen Freude und Arbeit eine Verbindung gibt, ist vielen Menschen neu, da der Freude innerhalb des industriellen Zeitalters kein besonderer Wert beigemessen wurde. Wir haben dieser freudlosen



Arbeit in der Vergangenheit so viel Wert beigemessen, dass wir andere Aspekte, wie Herzensarbeit, Kunst, Heilung, Rituale und festliche Ereignisse, zum großen Teil aus unserem Leben verdrängt haben. Eingeborene verbringen mindestens die Hälfte ihrer Zeit mit dem Feiern von Festen und den Abhalten von Ritualen. Wir tun dies nicht und haben nicht zuletzt deswegen mit weit verbreiteter Gewaltanwendung innerhalb unserer Kultur zu kämpfen. Ein festliches Ereignis kann Menschen heilen; es bereitet große Freude und ist ausgesprochen preiswert.

**E**s ist offensichtlich, dass die augenblickliche Arbeitswelt nicht so gestaltet ist, dass Sie jeden Arbeitnehmer autonome und persönliche Entscheidungsfreiheit gewährt. Eine Geschäftswelt, die sich ausschließlich auf externe Kriterien konzentriert, weil sie an Kontrolle und Vorhersehbarkeit glaubt, steht im direkten Gegensatz zur Freiheit des Einzelnen, aufgrund von Intuition und spiritueller Führung die Entscheidung zu treffen, die seinem Gefühl nach angebracht sind. Die meisten von uns bedienen sich einer externen Zielsetzung, einen Zweck, der in keinem direkten Zusammenhang mit Ihrem eigentlichen Wesen steht. Jeder, den das unwichtig erscheint, wie die fortschreitende Selbstreflexion im Geschäftsbereich als närrischen Unsinn bewertet, der bedrohliche, anarchistische Zustände nach sich ziehen wird. Selbst jene unter uns, die diesen Ideen aufgeschlossen gegenüberstehen und sie intellektuell stimulierend finden, haben weiterhin Zweifel daran, ob man den Menschen jeweils soweit trauen kann, dass Sie in der Lage sind, ihre Gier oder Faulheit zu überwinden, ganz zu schweigen von ihren bösen Absichten. Doch unserer einzigen Feinde sind die Angst und die Trägheit.

## Die Veränderung der Mentalität am Arbeitsplatz

**W**enn Vögel in Käfigen aufwachsen und man Ihnen die Tür öffnet bleiben sie trotzdem in ihren Käfig sitzen. Das gleiche gilt für Menschen, die sich nach einer Veränderung in Ihrem Leben sehen, sich aber nicht trauen die zu dieser Veränderung notwendigen Schritte zu unternehmen. Der Zustand mag noch so miserabel sein, doch zumindest erscheint der Ihnen sicher und vertraut. Ein Vogel, der davon fliegen könnte, stattdessen aber in seinem Käfig sitzen bleibt ist ein perfektes Beispiel für das Drama des Unnahbaren: „Ich habe es nicht nötig, die Leute wissen zu lassen, was mit mir los ist. Ich hocke hier herum und halte den Mund. Nur nichts verändern“!



**U**nsere Selbsteinschätzung wird dahingehend manipuliert, dass wir zu dem Schluss kommen, dass wir schwach sind und nicht in der Lage sind etwas zu kontrollieren, wobei sich dieser Entschluss, auf zellulärer Ebene manifestiert. Dieser die mit dieser Botschaft identifizierten Zellen verlieren zum Großteil ihrer ursprünglichen Fähigkeit, Tumorzellen abzuwehren. Unsere Gefühle von Depression schwächen unser Immunsystem. Negative Gefühle wie Frustration, Wut, Schuldzuweisung, Hoffnungslosigkeit tauchen dann auf, wenn wir wenn wir uns von Gott separiert haben. Sollten Frustration und Wut zu Ihrer täglichen Erfahrung gehören, verbringen Sie automatische Großteil ihrer Zeit damit, ihren Vorgesetzten, Mitarbeitern oder Kunden mental die Schuld an ihrer Misere zu geben, d.h., sie stehen mit sich selbst in ihrer Vision nicht im Einklang.



## Sie allein bestimmen Ihren Standpunkt

Die Notwendigkeit, den richtigen Beruf zu finden und den eigenen Lebensunterhalt zu verdienen, bietet für alle anderen Aspekte unseres Lebens eine Möglichkeit, Gott zu erfahren oder den Weltgeist, die universelle Intelligenz, wie auch immer Sie Ihre spirituelle Quelle benennen wollen. Als Mensch, der die



Weltvision hält, setzen sie durch ihre eigenen Handlungen und Ziele energetische Prozesse mit anderen Menschen in Gang. Wie kann ich nun Spiritualität zum Beispiel benutzen, um mehr Geld zu verdienen oder einen Bereich umweltbewusste zu gestalten? Das aller lobenswerte Ansätze

nach, doch richten Sie sich immer noch auf externe Umstände. Das wirklich Wichtige ist eine Änderung des Blickwinkels. Die Änderung muss sich vom Fokus auf kontrollierbare, messbare auf unvorhersehbarer Faktoren auf einem inneren bestehende Verbindung mit etwas höheren oder einer weit reichenden Vision vollziehen. Die Buddhisten nennen ist das persönliche Dharma, den individuellen Weg in diesem Leben. Stellen Sie sich vor, dass Sie morgens aufwachen und zu sich sagen: Hey, ich bin ein spirituelles Wesen! Würden Sie lachen oder weinen? Stellen Sie sich vor, dass Sie danach an ihren Arbeitsplatz betreten und Ihre Mitarbeiter oder Kollegen mit den Worten: Guten Morgen, Ihr spirituellen Wesen! Begrüßt werden. Wir befinden uns in einem Bewusstseinszustand, der sich in jeder noch so alltäglicher Situation anwenden lässt und augenblicklich ihre Lebensqualität verändert. Deshalb müssen sie noch lange nicht mit Ihrer Spiritualität hausieren gehen. Hören und handeln Sie mit Ihrem Herzen. Suchen Sie nach Seelen, die auf der gleichen Wellenlänge länger liegen wie Sie, und verstärken Sie Ihre Bindung zu diesen Wesen. Vergessen Sie nicht, dass ihre Zeit auf der Erde sorgfältig geplant wurde, damit sie gemeinsam mit gleich gesinnten Seelen an der Evolution des Planeten teilnehmen können. Achten Sie auf die Arbeitsweise anderer. Ist es diesen Leuten wichtiger, einzig zu Ihrem eigenen Vorteil zu handeln, oder verhalten sie sich großzügig und solidarisch? Hüten Sie sich davor, Urteile über andere zu Fälen, lassen Sie sie weiter auf ihren jeweiligen Pfad wandern. Verbinden Sie sich mit denen, die Sie wieder erkennen oder die bei Ihnen automatisch eine tiefe und positive Resonanz auslösen. Ihre eigene Offenheit dafür, anderen Wesen auf ihrem spirituellen Weg zu begegnen, wird sie anziehend für diese Menschen machen. Ihr

eigenes Bewusstsein hilft ändern, nicht nur in ihrer unmittelbaren Umgebung sondern auch global, sich humanitären Zielen zu widmen, sogar wenn sie selbst frustriert über ihre eigene Arbeit sind.

### Was Sie denken, das werden sie ernten

**H**andel, Tauschgeschäfte, Dienstleistungen, die Ecksteine zivilisierter Gesellschaften, haben sich parallel zu unseren Wertvorstellungen und Glaubenssätzen entwickelt. Die grundlegenden kapitalistischen Werte der westlichen Welt, wie Unabhängigkeit und harte Arbeit, sind zur gnadenlosen Unterdrückung von Konkurrenzunternehmen, rücksichtslose Konkurrenz und Arbeitssucht verkommen. Trotzdem dienen diese scheinbar negativen



Energien letztendlich dazu, uns aus unserer Selbstzufriedenheit aufzuwecken ein höheres Wissen um die wahre Natur der Menschheit zu entdecken. Eine stark ausgeprägte Form des Materialismus stellt lediglich einen notwendigen Schritt in der vor in der Evolution zu Vereinigung beider Sphären dar.

**W**ir wollen an dieser Stelle nicht vorschlagen, dass jeder von ihnen seine Stelle kündigt oder sein Beruf wechselt. Jeder wird in seiner Situation von anderen zu lange gebraucht, bis eine innere Veränderung einen Wechsel möglich



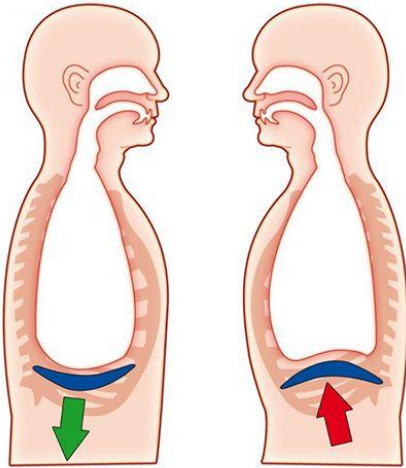
macht. Es ist kein Zufall, dass neuartige Technologien wie Telefon, Computer und Internet zu einem Zeitpunkt auftauchen, indem die meisten von uns nach Autonomie streben, ohne auf ein unterstützendes Netzwerk verzichten zu wollen. Wichtig ist, dass Sie Freude an ihrer Tätigkeit an und Begeisterung in ihre geschäftlichen Unternehmungen integrieren. Stress kann eine Erhöhung der Kreativität bewirken, solange der betreffende das Gefühl hat, Kontrolle über seine Situation zu haben. D.h. jedoch nicht, dass wir all unsere Umstände kontrollieren müssen. Sie haben begriffen, dass das Ausüben von Kontrolle unter Umständen bedeuten kann, Kontrolle aufzugeben. Sie arbeiten außerdem für einen höheren Zweck widmen sich Idealen,

Ihrer Familie, der Gemeinschaft, in der sie leben oder weit reichenden Zielen. Dies ist das Gegenteil des freudlosen Strebens. Das Mysterium unseres Lebens will sich entfalten, und es tut dies, wenn wir auf unsere Intuition hören und trotz des uns scheinbar umgebenden Chaos entsprechend handeln. Wieder einmal haben wir die Wahl, die Welt als ein sich entwickelnden Prozess zu verstehen, mit all seinen Widersprüchen, Ungewissheiten unglaublichen Möglichkeiten, oder sie als eine vom Zusammenbruch bedrohte und unkontrollierbare planetaren Fehlleistung zu begreifen. Sobald wir unsere Sichtweise eines bestimmten Problems verändern, verändern wir auch die Natur unsere Herangehensweise an das Problem. Erteilen wir uns selbst die Erlaubnis, uns vorzugehen, eine Vorliebe der Seele, erfahren wir die ganze Vielfalt des Lebens, aus der sich Ordnung bilden wird. Dabei handelt es sich nicht um jene lineare, zielorientierte Einstellung, die meisten von uns bisher gefolgt sind.

Es wird uns Energie liefern, wenn wir uns auf unseren wirklichen Wege und Werte besinnen, uns mit einer positiven Kraft verbinden und für die Mächtigen und für die Möglichkeiten und Gelegenheiten öffnen, die das Leben für uns bereithält. Der inneren Bedürfnis folgend, ihre Vorstellungen und Glaubenssätze auch in der Außenwelt wiederzufinden, haben zahllose Menschen bereits damit begonnen, das Kleingedruckte auf Verpackungen zu lesen und sich nach der genauen Herkunft von Frischprodukten zu erkundigen. Sie treffen sich mit Gleichgesinnten, um über Gesundheitsfragen, Heilungsmethoden, Umwelt, Menschenrechte, Kinder und sonstige relevante Lebensfragen zu sprechen. Die kulturelle Revitalisierung ist eine Folge unserer neuen Selbsteinschätzung und ein Versuch, alte Ideen und Technologien auf innovativer Weise einzusetzen. Dieses ist eine hoffnungsvolle und schöpferische Periode innerhalb unserer Kultur und folgt normalerweise auf ein Zeitabschnitt, der als verzweifelt und niedergeschlagen bewertet wurde.

### **Ein und Ausatmen.**

**O**ft sind es die einfachsten Ideen, die wir in unseren hektischen Alltag und unserem Bemühen, die Außenwelt zu kontrollieren und den Wunsch, für unsere Verdienste anerkannt zu werden, übersehen. Fragen wir uns einmal selbst, wie wir unsere Arbeit und Geschäftigkeit ganz praktisch mit einer erleuchteten Grundhaltung in Verbindung bringen können. Was können wir tun, wenn unser Arbeitsalltag uns unter fast unerträglichen und für manche Menschen tödlichen Stress stellt? Wie kommen wir unser Leben in diesen Situationen wieder in den Griff? Wenn spiritueller Optimismus und Sinnsuche tatsächlich die neuen Richtlinien für ein gesundes Leben darstellen, stellt sich die Frage, welche praktischen Schritte wir vornehmen können um diesen Grundlagenwechsel zu erarbeiten.



Wenn Sie wieder Kontrolle über ihr Leben erlangen wollen, müssen sie lernen, aus dem Zwerchfell heraus zu atmen dieses Atmen wird automatisch entspannen. Der Herzschlag verlangsamt sich, der Blutdruck und der Cholesterinwert sinkt. Sie vermindern ihr Schmerzempfinden, allergische Reaktionen und die Wahrscheinlichkeit von Infektionen und erhöhen die Zufuhr von Blut ins Gehirn, die biologische Entsprechung davon, sich im Fluss zu befinden. Sie werden bewusster werden, sich ihrer Umwelt verbunden erfüllen und

auf eine ruhige Weise aufmerksamer. Dies ist der perfekte Zustand einer Selbstbetrachtung, dass sie Ihre innere Unruhe und depressive Tendenzen abbauen und ein positives Selbstbild schaffen, welches die Grundlage für effektive Veränderung in Ihrem Leben darstellt.

### **Die Klärung negativer Gefühle vor der Zusammenarbeit**

In vielen Situationen ist es uns schier unmöglich, einen anderen Menschen gegenüber einer liebevollen Energie aufzubauen oder aufrecht zu erhalten. Ist das dies passiert oft war es gerade dann, wenn wir besonders wichtige Projekte anstehen, deren Realisierung nur durch harmonische Teamarbeit möglich ist. Jeder von uns setzt sich in seinem Leben bestimmte Ziele, zum Beispiel erhöhte Geduld, größere Unabhängigkeit oder die Entwicklung von Vertrauen.

Jene Menschen, die daran interessiert sind, bestimmte Betätigung oder Berufsfelder auf eine neue Stufe zu heben, denken in gleichen Kanälen und werden sich zueinander hingezogen fühlen, um ihre Aufgabe gemeinsam zu erfüllen. Es kann auch sein, dass Seelen sich entschieden haben, bestimmte Schulden aus Vorleben zurückzuzahlen. Wir müssen uns der sich in der Gruppe befindlichen negativen Emotionen bewusst werden um die höchstmögliche Schwingung und Leistung zu erreichen damit wir das von uns angestrebte Ziel erreichen können, egal wie viel

Zeit dieser Prozess in Anspruch nehmen wird. Es ist unmöglich ein Problem durch eine defensive Haltung zu lösen. Ehrlichkeit über das eigene unangemessene Verhalten gegenüber anderen versetzt uns in die Lage, Verantwortung für die Verletzung zu übernehmen, die wir einer Person zugefügt haben und reinigt die Luft. Wir können unsere Arbeitskollegen als schwierig, selbstsüchtig, Sturköpfe oder ähnliches bezeichnen. Aber was unternehmen wir dagegen. Es liegt einzig an ihnen und ihrer Intuition, wie und mit welchen Mitteln sie eine Situation meistern. Hören Sie auf ihr Herz. Also versuchen wir, im Angesicht einer schwierigen Situation oder eines Konfliktes eine feste Position zu wahren. Aus Angst und Hilflosigkeit kreieren wir noch mehr von der Energie, die wir von Anfang an nicht wollten und rennen uns auf diese Weise völlig fest. Unter Stress benutzen wir die alten, uns vertrauten Methoden, Geschichten anderer ein, versuchen sie zu widerlegen, werden unnahbar oder zu Armen ich's.

### **Die Steigerung der Gruppenleistung**

Wenn Sie sich Hals über Kopf in die Klärung all Ihre persönlichen Schwierigkeiten und Hindernisse stürzen, ohne dass ihr Herz und Verstand dabei folgen, wenn Sie sich schnell frustriert fühlen, oder irgendwann einfach aufgeben. Gehen Sie freundlich mit sich um. Wenn Sie mit dem Kopf gegen Mauern laufen oder mit anderen Menschen einfach nicht weiterkommen, zu insistieren Sie nicht, doch halten sie weiterhin Ihr ideales Auge entspannen Sie sich. Erinnern Sie sich daran, dass es vor allem darum geht, ihr Bewusstsein zu erweitern.

## Die wichtigsten Folgen in folgender Auflistung.

- 1. Machen Sie sich deutlich, dass hinter jeder Interaktion eine tiefere Bedeutung steht.*
- 2. Anstatt sich selbst oder andere zu beschuldigen versuchen sie zu verstehen, welcher höherer Beweggrund konnte sie in die betreffende Lage geführt haben könnten.*
- 3. Hören Sie auf die Botschaften, die Sie in der gegebenen Situation erhalten.*
- 4. Wir bitten um Hilfe durch universelle Intelligenz, wenn wir nicht mehr weiter wissen.*
- 5. Visualisieren Sie eine Telepathie Verbindung ihrer Zielgruppe.*
- 6. Achten Sie auf Synchronizitäten in Ihrem Leben, die in bisher unerwartete Richtungen weisen könnten.*
- 7. Halten Sie Ihr Energieniveau.*
- 8. Visualisieren Sie Ihre eigene Geburtsvision sowie die Ihres Gegenübers.*

## Das Informationszeitalter

Je mehr wir uns auf unsere Intuition verlassen und auf auftretende Synchronizitäten achten, desto häufiger stoßen wir auf Informationen die wir genau in dem Moment benötigen. Es ist außerordentlich wichtig, dass wir lernen, unsere Angst zu verarbeiten, um unsere Welt Vision zu halten und mit den Unsicherheiten dieses Zeitalters fertig werden zu können. Wir müssen lernen, und selbst weiterzubilden und dabei auf die in uns schlummernden Talente und Interessen zu reagieren, damit wir zur rechten Zeit, am rechten Ort, zu Diensten sein können. Eine Arbeit zu verrichten, die Ihnen Freude macht, erhöht ihre Schwingung und lässt Sie im Fluss sein, dabei ist Meditation unsere Verbindung zu Ihrem Wissen und Weisheit. Anstatt uns zu fragen, welche Weise



wir das meiste Geld verdienen können, sollten wir uns lieber Fragen, ob meine Tätigkeit zu der von mir gewünschte Lebensqualität, bei uns hilft, die Situation auf der Welt zu verbessern? Existiert ein besserer Weg, durch korrekte Verwendung von Rohstoffen einen ehrlichen Gewinn zum Wohle der Gemeinschaft zu erzielen?

### **Der natürliche Schritt**

**J**eder von uns verfügt über die Entscheidung über die Entscheidungsfreiheit, seine alltägliche Handlung das gesamte Leben System auf diesem Planeten in Betracht zu ziehen und daraufhin seine individuelle Entscheidung zu treffen. Dabei sind vier nicht verhandelbare Systembedingungen unbedingt zu beachten.

- Die Natur ist nicht im Stande, eine Konstante Abladung aus der Erde geholt Materialien auf der Erdoberfläche zu verkraften.
- Die Natur kann keine systematische Ablagerung von menschlichen Müll und Abfallprodukte sowie von künstlich erzeugten Chemikalien verkraften.
- Die Natur kann keine systematische Unterminierung ihrer natürlichen Kapazitäten zur Selbsterneuerung ertragen (Überhöhtes abfischen der Ozeane, Verwandlung von fruchtbaren Boden in Wüste oder Asphalt Flächen)
- Viertens wenn wir weiterhin leben wollen, müssen wir verantwortlich mit unseren Rohstoffen umgehen und aufhören, Armut zu ignorieren, da diese dazu führt, dass diese um des nackten Überlebens willen Planetare Energiequellen wie zum Beispiel den Regenwald zerstören.

## **Die Visualisierung von Erfolg**

**Wann haben Sie das letzte Mal wirklich mit einer Gruppe von Freunden oder Kollegen sich verbunden gefühlt? Waren Sie jemals Teil eines humanitären Projektes, das sich einfach spontan ergeben hat? Wie erklären Sie sich, dass Ihr Projekt ihr zur erfolgreichen Befriedigung verlief? Schließen Sie die Augen und erinnern Sie sich genau an das Gefühl, das Sie hatten, als sie etwas Positives erreicht hatten. Kosten Sie jeden Aspekt dieses Kraft spendenden Augenblickes in Ihrem Leben aus.**

### **Überlassen Sie es dem Unterbewusstsein**

**Arbeiten Sie gerade am Abschluss eines Projektes? Denken Sie an Ihr Ziel und Schreiben Sie den bestmöglichen Ausgang ihres Unterfangens auf ein Blatt Papier. Schließen Sie die Augen und versenken sich vollständig in einem inneren Bild, dass es ihnen gestattet, den von Ihnen gewünschten Erfolg, die Anerkennung, dass erhöhte Selbstwertgefühl und den damit haben den Überschwang an Energie zu sehen, fühlen und zu schmecken. Gestalten Sie dieses Bild so detailliert wie möglich und versenken sich ein soll zweimal am Tag darin, am besten vor dem Einschlafen oder nach dem erwachen. Verwenden Sie nicht mehr als 5 Minuten auf diese Visualisierung, dann lassen Sie es mit der Affirmation „dieses oder etwas besseres“ gehen. Vergessen Sie nicht, dass ihre innere Welt für die Schöpfung ihrer äußeren Zustände und Umstände verantwortlich ist und dass sie ein sich selbst organisierten des Wesen in Verbindung mit der universellen Intelligenz sind.**

### **Der Vogel im Käfig**

**Schreiben Sie am paar Sätze darüber, wie Sie sie selbst als Vogel in einen Käfig mit geöffneter Tür sehen. Was hält sie im Käfig? Warum? Wohin würden Sie fliegen, wenn Sie den Käfig verlassen könnten? Ist der Käfig im Augenblick im Augenblick vielleicht gar kein so schlechter Aufenthaltsort für Sie? Am sichere versuchen diese zu vergrößern? Sollten Sie das Konzept des Käfigs vielleicht noch einmal überdenken?**



## Schreiben Sie alles auf

**Achten Sie darauf in welchen Situationen Sie bei der Arbeit innerlich unruhig oder frustriert werden. Schreiben Sie Ihre Gefühle über den jeweiligen Zustand nach der Arbeit nieder. Wenden Sie darauf etwa 20 Minuten auf und tun Sie dies für die Dauer von fünf Tagen. Fragen Sie sich selbst: Was will ich eigentlich? Und schreiben Sie die Antworten nieder. Vergessen Sie diese danach.**

**Wenn wir dazu übergehen unsere Probleme, Gedanken, Gefühle, Empfindungen niederzuschreiben, sind wir gezwungen, uns durch die Schrift, und die Formulierung präzisere Gedanken zu machen, und diese präzisere Gedanken manifestieren sich in klaren schriftlichen Äußerungen, welche wir erfassen und die uns zwangsweise später zu Synchronizitäten und Intuition bringen werden, die uns in unserer spirituellen Entwicklung weiterführen werden.**



# Kapitel 16: Die Weltvision

## Die Vereinigung der Dimensionen

**W**ie im Himmel, so auf Erden. Elementare Wahrheiten ändern sich nicht. Unser Problem besteht darin, mit Ihnen in Verbindung zu bleiben und uns daran zu erinnern, Sie in unseren Alltag zu integrieren und zu leben.



Während jeder von uns dabei ist, die Realität der im vorhergegangenen Kapiteln angesprochenen Themen auf seine Weise zu akzeptieren und in sein Leben zu integrieren,

- **die Existenz einer Dimension im Jenseits;**
- **das Konzept der Wiedergeburt;**
- **das Verständnis, Teil einer Seelengruppe zu sein;**
- **im Kontakt zu unserer intuitiven Instanz zu bleiben;**
- **anderen Menschen zu helfen;**
- **unsere Ängste und unsere unerwünschten Konditionierung zu klären**

Dadurch eröffnet sich uns ein vollkommen neues Feld von Möglichkeiten. Unser Bewusstsein vergeistigt durch seine erweiterten Denkmuster die gesamte materielle Dimension.

**Worin besteht die spirituelle Botschaft jenseits der durch Rassen und Kulturunterschiede ausgelösten Dramen, die im Laufe eines individuellen Lebens auftauchen?**

Jedes menschliche Leben bietet die Möglichkeit, etwas zu Evolution entdeckt gesamten Spezies beizutragen. Nun ist es an der Zeit, unser Bewusstsein darüber zu erhöhen, wie jeder von uns auf seine Art der Planetaren Familie dienen kann.

**Tragen wir dazu bei, die bereits vorhandene materialistische, konsumorientierte, separatistische Kultur zu stützen?**

## **Oder sind wir dabei, dass spirituelle Bewusstsein auf diesem Planeten zu heben?**

**I**n früheren Jahrhunderten stellten denken und planen vor allem ein Vorrecht der gebildeten unter Oberschicht dar. Diese Hinwendung zum Intellektuellen führte letztlich auch zu dem Entstehen einer neuen und besseren Zivilisation, die den Boden für wichtige spirituelle Entwicklungen und Ereignisse bereitete. Der menschliche Geist strebt, meistens unbewusst, nach einer spirituellen Lebensweise, Zivilisation und Kultur.

**D**ie Mentalität der Menschen verändert sich täglich in diesem Sinne, und ebenso ihr Verständnis für die wirklichen Zusammenhänge auf der Welt. Bei dieser Entwicklung handele sich um eine der bedeutendsten spirituellen Errungenschaften. Sie bildet das Fundament für eine Anerkennung des Lebens unserer Seelen und das Wachstum intuitiver Wahrnehmungen auf breiter Ebene. Hierbei handelt es sich um ein Nebenprodukt ideologische Auseinandersetzung, aber ebenso um das wahre und wunderbare Resultat einer universellen Ausbildung, so gut oder so schlecht es heute auch sein mag, die es allen Menschen ermöglichte, zu lesen, zu schreiben und miteinander zu kommunizieren.

**S**tellen sicher Leben vor, in dem Sie andere Menschen nicht mehr beurteilen, sondern sie sondern sich stattdessen fragen, welchen Teil des universellen Plans Sie darstellen und worum es sich bei Ihrer Geburtsversion handeln mag. Eine kritische Masse von Menschen, die dieses große Bild konstant im Auge behält, wird eine Einheit durch das Zusammenwirken ganz normale Menschen ermöglichen und nicht das Resultat politischer Regulation sein. Einmal erwacht, sind wir in der Lage, die Unterschiedlichkeit von Kulturen und Religionen zu schätzen, ohne sie einander angleichen zu wollen. Wie neugierige Teilnehmer an einem aufregenden Experiment könnten wir unsere ihr jeweiligen Berufungen vergleichen, diskutieren, respektieren und schätzen lernen. Das Wissen darum, dass jede stillschweigende Hilfe, die wir anderen Menschen zukommen lassen, ein Geschenk an uns selbst ist, hilft uns dabei, unser gegenüber in einem ganz besonderen Licht zu betrachten und ihn besser zu behandeln.

**I**ch möchte dich an dieser Stelle noch einmal daran erinnern, dass es der spirituellen Hierarchie auf unserem Planeten vollkommen gleichgültig ist, ob jemand Demokrat, Sozialist oder Kommunist, Katholik, Buddhist oder Atheist sein sollte. Wichtig ist lediglich das die Menschheit als Ganzes Gebrauch von der spirituellen Möglichkeit macht. Diese Möglichkeit war zu keinem Zeitpunkt so präsent und zugänglich wie heute.

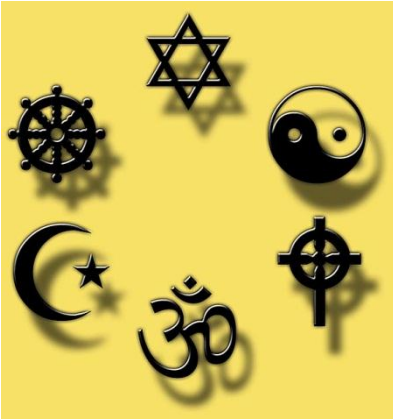
## **Das Interdimensionale Reisen**

**V**iele Wissenschaftler und Forscher auf dem spirituellen und parapsychologischen Gebiet sind der Ansicht dass die meisten Menschen, wenn nicht sogar alle, über einen Zweitkörper verfügen, einen nicht materiellen Körper, der in der Lage ist, andere Dimension zu besuchen. Sie vertreten die Ansicht, dass die meisten von uns während des Schlafzustandes ihren Körper verlassen, ohne sich bewusst daran erinnern zu können. Falls ein bestimmter Prozentsatz von Menschen sich an einem Punkt ihrer Entwicklung befindet, der es Ihnen ermöglicht, den Vorhang zwischen den Dimension zu durchdringen, wie hoch sind die Chancen, dass diese Fähigkeit missbraucht wird?



**Was würde geschehen, wenn die Menschheit die Existenz der spirituellen Dimension akzeptierte und sich der Techniken bemächtigte, derer es bedarf, eine feinstoffliche Schwingung zu erreichen, wann immer man es will?**

**E**ine der wichtigsten Veränderungen innerhalb des menschlichen Bewusstseins wird der Wechsel von Glauben zum Wissen sein. Wichtiger noch, wir müssen über ein unbestreitbares Wissen zu Gott und über unseren Standort im Universum verfügen. Durch ein persönliches Erleben und das Wissen um die göttliche Präsenz würden wir außerdem ein Großteil unserer Ängste verlieren, die letztlich nur die Furcht vor dem Tod sind.



Genau wie die Menschen, die Nahtod Erfahrungen gehabt haben, würden wir Sicherheit wissen, dass wir tatsächlich mehr sind als nur Körper und Verstand und das unser Tod in Wirklichkeit einen Übergang in eine andere Dimension darstellt. Der kollektive Aufstieg in eine höhere Energiestufe wird zu einer Erweiterung des Wissens in allen Sphären führen und eine Matrix schaffen, in der durch das befolgen individueller Intuitionen die Lösungen für Probleme auf natürliche

Weise kreiert würden. Ein Konflikt zwischen den Religionen wäre undenkbar, da jede Religion davon ausgehen würde, dass Ihre jeweilige Botschaft den notwendigen Bestandteil einer übergreifenden Vision darstellt.

### Neue Himmel, neue Erde

Unsere Intention besteht nicht nur darin, eine neue Welt, sondern auch einen neuen Himmel zu kreieren. Sobald wir uns an die Welt - Visionen erinnern, verändert sich auch die spirituelle Dimension. Wenn Individuen und Gruppen eine



Schwingung erreicht haben, die hoch genug ist, um die spirituelle Dimension zu besuchen, werden die Seelengruppen im Jenseits ebenfalls die Fähigkeit erhalten, unsere materielle Welt aufzusuchen und der Energieaustausch zwischen beiden Dimensionen komplett zu machen. Das Jenseits, unser ewiges Zuhause, ist die Dimension, in der

unsere Seelen die Vision und die Erinnerung halten. Die materielle Welt ist die Dimension, in dem wir unsere Vision mit materiellen Mitteln manifestieren. Durch die Zunahme von Kontakten mit Seelen im jenseitigen Bereich wird das menschliche Bewusstsein gezwungen, sich mit der Realität dieser Dimension auseinanderzusetzen. Während eine kritische Masse von Menschen, die diese Realität akzeptiert, es einfacher macht, die Grenzen zwischen den beiden Dimensionen zu überschreiten und gleichzeitig die Schwingungen unserer materiellen Ebene anzuheben, werden die Wesen der spirituellen Dimension es ebenfalls leichter haben, unsere Welt zu besuchen.

**D**ie volle Synchronizität planetarischer Harmonie kann durch den Intellekt allein nicht verstanden werden; dazu bedarf es einer intuitiven Erfahrung. Der Intellekt ist nur in der Lage, verbal darüber zu kommunizieren, doch die Integration dieser Synchronizität in unser tägliches Leben bedarf einer tiefen und direkten Erfahrung. Auf diesem Gebiet ist die Meditation eines der nützlichen Instrumente, da wir durch Sie in der Lage sind, eine natürliche und spontanere Erfahrung, dieses einheitlichen Bewusstseins zu haben und zu integrieren. In diesem Kontext ist Meditation kein Luxus, sondern eine Notwendigkeit für das Überleben auf unserem Planeten.



# **Welt Visionen**

**Es gibt auf der Welt wesentlich mehr, als wir mit unseren fünf Sinnen wahrzunehmen im Stande sind.**

**Bis jetzt haben wir nur bruchstückhafte Informationen über die wahre Natur unserer Welt erhalten.**

**Intelligenz existiert in mannigfaltigen Formen  
(höheren und niederen).**

**Diese Formen existieren außerhalb von uns in der Natur ebenso wie innerhalb unseres eigenen Bewusstseins.**

**Die anderen Existenzebenen werden uns allmählich durch außerkörperliche und Nah -Tod Erfahrungen, Kontakt mit Verstorbenen, Intervention von Engeln und Heiligen nachgebracht.**

**Unsere Fixierung auf die materielle Welt war notwendig, ist aber in Auflösung begriffen.**

**Außergewöhnliche Erfahrungen, die nicht mit unserem Realitäts- Verständnis übereinstimmen, zwingen uns zu Intellektuellen, emotionalen und körperlichen Wachstum. Dies ist ein Paradigmenwechsel.**

**Alles ereignet sich aus einem bestimmten Grund. Es existiert eine Weltvision, über die wir nur spekulieren können.**

**Eine kritische Masse von Seelen hat sich interniert, die Weltvision zu halten.**

**Ein wesentlicher Teil der Welt Vision ist es, den Schleier zwischen den Dimensionen zu lüften.**

**Die Lüftung dieses Schleiers hat begonnen.**

# Tod und Geburt

## Kapitel 17: Was ist das Jenseits?

Im Zuge unserer Erforschung des Seins müssen wir uns zwangsläufig mit dem Jenseits beschäftigen, wobei Ausdrücke wie "Jenseits" bzw. "Schöpfung" für viele Menschen Unwörter darstellen. Unter Schöpfung verstehen wir ALLES, was es gibt. Dabei geht es uns mehr um die Existenz von allem und nicht so sehr um



einen Schöpfer. Wir forschen religionsfrei. Der Grund, warum Ausdrücke wie Gott, Schöpfung oder Jenseits auf viele Menschen abstoßend wirken, liegt daran, dass sie mit der Religion assoziiert werden. Gut, wir könnten andere Begriffe verwenden, doch wozu? Wir können doch in unserer Arbeit bekannte Begriffe verwenden, ohne

religiös forschen zu müssen.

Einem weiteren Grund gilt das für die Wissenschaft etwas erst dann als bewiesen, wenn es im Versuch willkürlich reproduzierbar ist. So sinnvoll sich dieser Grundsatz auch anhören mag, für die Erforschung des Seins ist dieser Grundsatz hinderlich

**Der Schöpfer ist nicht widerlegbar. Ebenso wenig, wie es Beweise für die Existenz Gottes gibt, gibt es Gegenbeweise.**

Die Grundlagen der Schöpfung in einem kurzen Artikel zu erklären, ist nicht möglich, dazu ist das Thema zu komplex. Die Materie ist nur ein kleiner Teil der Schöpfung. Materie ist Energie und Energie ist Bewusstsein. Die Schöpfung hat Bewusstsein und Bewusstsein formt Materie. Eigentlich gibt es kein Diesseits oder Jenseits. Das Diesseits ist ein Teil des Jenseits, sprich der Schöpfung. Diesseits und Jenseits sind nur unterschiedliche Schwingungszustände, so wie auch die Farben Rot und Blau nur unterschiedliche Frequenzen aufweisen. Der Mensch besitzt keine Seele, vielmehr schafft sich die Seele einen menschlichen Körper. Die Seele "besitzt" also einen Körper und nicht umgekehrt. Inkarniert eine Seele, so immer mit einer gewissen Absicht und einem durchdachten Plan. Die Schöpfung kennt keine Zufälle, alles in ihr ist geplant und beabsichtigt.



**D**ie Seele inkarniert, um zu erleben. Ihr Inkarnations-, Realitäten- und Emotionen Plan legt fest, als was, innerhalb welcher Realität und mit welchen Stärken bzw. Schwächen sie ihre künftige Inkarnation erleben will. Somit ist der Streit zwischen Wissenschaftlern, Religiösen oder Esoterikern nur ein Spiel, in dem sich Seelen unterschiedlich erleben wollen.

Der letzte Satz sollte wissenschaftlich orientierten (= programmierten) Menschen zu denken geben, die glauben, dass alles, was in diesem Ressort steht, nur ein großer "Schmarrn" ist. Damit leben sie ihre Programmierung und durchschauen sie nicht. Der Vergleich mit dem Film "Matrix" drängt sich hier auf.

**N**icht jeder Lebensplan sieht vor, dass sich die auf Erden inkarnierte Seele schöpfungstechnisch bilden soll, dass sie forschen und ihr Bewusstsein erweitern soll. Doch für jene unter euch, die diesen Drang verspüren, wurde dieser Aufgabenbereich geschaffen. Die meisten Menschen haben genug andere Sorgen, als sich auch noch für unser Sein zu interessieren. Aber genau das ist ja das Paradoxe daran, denn unsere Sorgen resultieren doch nur aus unserer Unkenntnis der Schöpfung heraus! Wer die Schöpfung versteht, hat automatisch weniger Sorgen, denn er macht sich erst gar keine unnötigen Sorgen mehr!



**W**er die Schöpfung versteht, ist sich auch des Spiels bewusst, in dem er mitspielt. Und wenn ihm das Spiel irgendwann zu anstrengend wird, wenn der Schmerz des Erlebens für ihn zu unerträglich wird, so kann er diesen beenden, so wie man einen Alptraum beendet, indem man einfach nur aufwacht. Ja, wir müssen nur aufwachen, uns nur unseres "bösen Traums" bewusst werden, und schon ist er vorbei!

Da ALLES in unserem Leben ein Teil eines großen Spiels ist, kann auch ALLES kontrolliert werden, indem man sich nur des Spiels bewusst wird.

## Warum verschiedene Jenseitsvorstellungen?

So gibt es zum Beispiel für uns nur eine Schwerkraft und nicht zehn verschiedene, und wir können diese mit Hilfe von Formeln auch präzise berechnen. Vergleicht man dies mit den Jenseitsvorstellungen der verschiedenen Religionen und



der Populäresoterik, so muss der wissenschaftlich orientierte Mensch ja zum Ergebnis kommen, dass es keine vernünftige Jenseitsforschung gibt und demnach wahrscheinlich auch kein Jenseits, denn sonst wäre es sicher schon längst bewiesen worden.

Hier müssen wir uns wieder erinnern, wie die Naturwissenschaft arbeitet. Sie verlangt, dass Ergebnisse reproduzierbar sein müssen, um als Fakten anerkannt zu werden. Diese selbst auferlegte Forderung war so lange sinnvoll, solange es um die Erforschung der einfachen Materie

ging, doch inzwischen schränkt sie sogar die moderne Physik ein, sei es, dass diese in Bereiche vorstößt, in denen man es mit Wahrscheinlichkeiten zu tun hat, oder wenn man gar über die Materie hinaus forschen möchte. Im ersten Fall gibt es oft noch keine geeigneten Messgeräte, im zweiten Fall steht man vor dem Dilemma, wie man nichtmaterielle Prozesse mit materiellen Instrumenten messen kann. Man kann es nicht. Und so befindet sich die moderne Forschung heute in einer Sackgasse, aus der sie noch keinen Ausweg gefunden hat.

Doch nicht alle wissenschaftlichen Disziplinen haben sich derart eingeschränkt wie die Naturwissenschaften. So sind die Geisteswissenschaften durchaus anerkannt, auch ohne das Konzept der Reproduzierbarkeit. Doch auch die Geisteswissenschaften sind umstritten, denn auch hier gehen die Ansichten oft weit auseinander.

Unter Realitäten verstehen wir unterschiedliche Überzeugungen, basierend auf der unterschiedlichen Programmierung jedes Menschen. Und natürlich ist jede Realität in den Augen ihres Besitzers "wahr".

Das ist der Grund, warum politische bzw. religiöse Diskussionen sinnlos sind, denn man kann niemanden vom Gegenteil überzeugen, wenn dessen persönliche Realität für ihn "wahr" ist. So gibt es zum Beispiel Gesundheitsfanatiker, die sich über jeden - ihrer Meinung nach - ungesunden Lebenswandel aufregen, und auch das hat mit deren persönlicher Realität zu tun. In ihrer Realität haben sie absolut Recht, in der Realität des anderen nicht. Wir nennen das "Ansichtssache", aber die Ansicht ist ja nichts anderes als die persönliche Realitätsprogrammierung des Einzelnen.

**W**ir wissen, dass es in der Schöpfung keine Zufälle geben kann und dass unser Leben von unserer Geburt bis zum Wiedereintritt unserer Teilseele in die Lichtebenen nach Plan verläuft. Wir wissen auch, dass zu jedem Lebensplan ein passender Realitätenplan gehört, dem entsprechend die Teilseele programmiert ist. So wäre es ohne unterschiedliche Programmierung nicht möglich, dass sich Menschen höchst vielfältig entwickeln und verhalten können.



Stellen wir uns vor, was passierte, wäre dies nicht der Fall. Das Resultat wäre, dass das vielseitige Erleben, um das es uns als Seelen ja geht und weswegen wir überhaupt inkarnieren, enorm eingeschränkt wäre, denn dann gäbe es nur noch eine Meinung, eine Partei und eine Religion. Es gäbe keine Debatten mehr unter Menschen, keine Beleidigungen und keine Verletzungen, aber auch keine Forscher, Ärzte, Richter oder Gefängnisse. Aber noch schlimmer: Es gäbe für uns auch kein Wachstum, denn wir wachsen und reifen doch nur anhand von Erlebnissen und Erfahrungen, positiven und negativen.

## Religionskritik...



...unter der Lupe

. Empirische Beweisführung

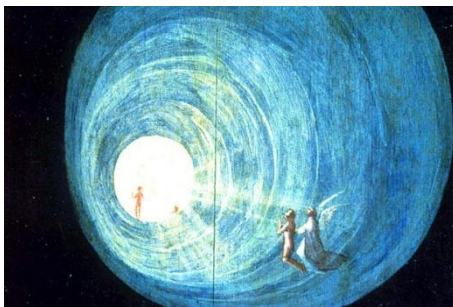
Die wissenschaftlich anerkannte Methode der empirischen Beweisführung aufgrund der Erkenntnisse der modernen holistischen Quantenphysik kann nicht mehr für die Forschung in den

Naturwissenschaften angewandt werden kann, sondern nur noch ein Relikt der alten mechanischen experimentellen Physik ist.

**E**in zentraler Anspruch der Beweisführung ist die Wiederholbarkeit eines Experiments für Wissenschaftler der ganzen Welt, die allesamt zum selben Ergebnis kommen müssen. Durch die Erkenntnis der Quantenphysik, wonach es keinen außenstehenden Beobachter gibt, sondern vielmehr der Forscher das Resultat eines Experiments durch sein Bewusstsein beeinflusst, ist die Erfüllung dieses Anspruchs nicht mehr möglich.

**D**ie neue Physik war daher gezwungen, den alten Weg der materialistischen Wissenschaft und deren Methoden zu verlassen, da auf diesem keine neuen Erkenntnisse mehr möglich waren. Der stark erkennbare Weg der Naturwissenschaften geht in den immateriellen Bereich der Schöpfung, also dorthin, wo sich die Jenseitswissenschaft schon befindet. Von der Jenseitswissenschaft nun Beweise nach der Grundlage der alten und längst überholten, konservativen Wissenschaft zu verlangen, ist in hohem Ausmaß widersinnig, da dies selbst für die neue Physik unmöglich ist.

**D**as Jenseits ist unser Zuhause, von dort kommen wir, dorthin werden wir wieder zurückkehren. Allen uralten Weisheiten und Philosophien zufolge und entsprechend vieler Nahtoderfahrungen und Rückführungsstudien handeln sich bei dem Jenseits um eine Art einer Dimension, in der unser individuelles Bewusstsein, zwischen unseren Leben auf der Erde fortgesetzt wird. Wir erkennen, dass unser Bewusstsein, unsere Seele nicht sterblich ist. Nach dem Sterben des physischen Körpers geben sich diese Elemente unseres Seins in das Jenseits. Einem Ort, der sich nicht etwa oben in einem göttlichen Himmel befindet, sondern direkt hier auf der Erde, in unserer einzigen Dimension. Diese ist mit der Hilfe unsere fünf Sinne nicht erfassbar ist. Das Jenseits, im christlichen Sinne oft als Himmel oder Hölle bezeichnet, ist das Heim unserer Seele, solange sie keinen Körper bewohnt. Während wir keine materiellen Objekte mitnehmen können, so nehmen wir jedoch unser Bewusstsein und unseren Glauben mit.



### **Was Sie denken das sind sie.**

**I**hr Bestimmungsort bei der Reise ins Jenseits durch eine Außenkörper Erfahrung scheint vollkommen auf ihre tiefste, konstante Motivation, Emotion und Wün-

schen zu beruhen. Vielleicht möchten Sie nicht unbedingt dorthin, aber sie haben keine Wahl. Ihre Seele ist stärker und sieht und trifft gewöhnlich die Entscheidung für Sie. Gleiches zieht Gleiches an.

Es sind drei Quellen für die Kreation der auf der Erde ähnlicher Zustände im Jenseits verantwortlich:

1. Das simulierte, naturhafte Umfeld des Geistes, das geistige Produkt derer, die einmal auf der Erde gelebt haben und deren Muster hier immer noch wirken.
2. Die zweite Quelle stammt von jenen die noch an bestimmten materiellen Dinge in der Welt der Materie gebunden sind, die Sie hier wieder erschaffen haben, um ihre Umgebung und Ihren Aufenthalt im Jenseits zu verschönern.
3. Dritte Quelle stammt von einer höheren Intelligenz, von Wesen, die sich der im Jenseits existierenden Umgebung bewusster sind als die meisten der anderen Bewohner. Ihre Aufgabe scheint darin zu liegen, für eine kurze Dauer zumindest eine physikalische Umgebung zu stimulieren, die jenen zugutekommt, die soeben gestorben sind und die materielle Welt gerade hinter sich gelassen haben. Dies dient der Reduzierung von traumatischen Erlebnissen sowie der Linderung von Schock für die Neuankömmlinge, indem man ihnen bekannte Formen und Gegebenheiten zeigt, wie sie sich in ihre Umwandlung gewöhnt haben.

Sich für das Jenseits zu öffnen bedeutet, dass Heilige in allem auch in den kleinsten Dingen, zu erkennen. Es bedeutet zu wissen, dass jeder Wahl, die Sie hier treffen, Konsequenzen haben. Sie werden keine materiellen Reichtümer mit sich nehmen können, kehren aber in den spirituellen Bereich mit ihrem Glauben und ihren Taten aus dieser Welt zurück.

## Der Übergang

**N**euankömmlinge, die bereits auf Erden eine spirituelle Sicht der Dinge entwickelt haben, sind sich dessen auch hier bewusst und möglicherweise sofort bereit, sich an den unbeschränkten Aktivitäten in der spirituellen Dimension zu beteiligen. Und



sollten wir nicht so ohne weiteres in der Lage sein, unsere neue spirituelle Existenz akzeptieren, können wir uns dafür so viel Zeit nehmen wie wir benötigen. Im Jenseits steht uns ausreichend Zeit zur Verfügung, um die Gewinne und Verluste unserer Seele zu betrachten, unsere Fehler und Leistungen deutlich zu sehen und Vorbereitung für das nächste Leben zu treffen. Entsprechend dem Grad unserer Reife, der wiederum davon abhängig ist, inwieweit wir den wirklichen Sinn unseres Aufenthaltes auf der Erde verstanden und gelebt haben, wird es uns gestattet auf andere Eben vorzurücken und mit führenden Meistern zu arbeiten.

In den letzten 100 Jahren ist unter den dominanten Paradigma der Wissenschaft das Leben oft zudem reduziert worden, was sich an der physikalisch messbaren Realität ereignet. Jedes spirituelle Phänomen, wie zum Beispiel Spontanheilungen, Kommunikation mit Verstorbenen oder andere Wunder, die die Wissenschaft nicht erklären kann, wird als Halluzination oder Fälschung abgetan. Die meisten unter uns haben sehr wenig Einsicht in den Vorgang, der stattfindet, wenn der geistig körperliche Hülle verlässt und sich eine andere Dimension begibt, das Jenseits. Die Furcht vor dem Tod ist zu einem lukrativen Zweig in vielen Bereichen der Industrie geworden.

### **Wissen, nicht glauben**

Der beschriebene Grad vom Bewusstsein zeigt sich gegenwärtig in einer wachsenden Zahl von selbst erfahrenen Informationen über die spirituelle Dimension, die zunehmend in den Hauptstrom des kulturellen Glaubens unserer



Zeit einfließen. Spirituelle Ereignisse wie Nahtod- oder Außenkörpererfahrungen weiten den Begriff, den wir noch vor kurzem als Allgemeinwissen angenommen haben. Die Hochzeit zwischen dem weltlichen und dem sakralen stellt den ersten Schritt bei der Verbindung des materiellen und spirituellen Bewusstseins dar. Durch veränderte Bewusstseinszustände wie ESP oder außerkörperliche Erfahrung,

Raum- und zeitlose Meditation und parapsychologischer Vorgänge, das sehen von Geistern oder Kommunikation mit den Toten, bringen wir die spirituelle Dimensi-

on in die materielle, und auf diese Weise wird sie sein Teil dieses Leben. Die Bereitschaft, die Dimension des Jenseits in unserer materiellen Welt zu integrieren, verleiht uns ein vollständigeres Vokabular über unsere wahren Fähigkeiten und wird für einen Quantenwechsel innerhalb unserer Evolution sorgen.

### **Wir sind ewig**

**W**as könnte das Leben eines Menschen stärker verändern als das Wissen, nicht nur der Glauben, darüber, dass unser Bewusstsein unserem körperlichen Tod intakt überleben wird? Wie ein Schmetterling steigen wir nach unserem Tod aus dem Kokon des menschlichen Körpers, haben Flügel und sind von unbeschreiblicher Schönheit, vorausgesetzt wir haben auf der Erde keine besonders schwerwiegenden Fehler begangen, die uns in eine lange und schmerzliche persönliche Wiedererfahrung des Leidens senden wird, dass wir andern Wesen zugeführt haben. Der Tod, so wie wir ihn definiert haben, ist nicht die große Leere. Innerhalb dieses neuen Bewusstseins werden Leben und Tod zu Recht als Zustände eines ewigen, mysteriösen Prozesses verstanden.



schreiblicher Schönheit, vorausgesetzt wir haben auf der Erde keine besonders schwerwiegenden Fehler begangen, die uns in eine lange und schmerzliche persönliche Wiedererfahrung des Leidens senden wird, dass wir andern Wesen zugeführt haben. Der Tod, so wie wir ihn definiert haben, ist nicht die große Leere. Innerhalb dieses neuen Bewusstseins werden Leben und Tod zu Recht als Zustände eines ewigen, mysteriösen Prozesses verstanden.

Ein nächster Schritt in dem Wunsch, die Erfahrung des menschlichen Lebens vollständig zu erfassen, kann darin bestehen, nicht nur die Tatsache des Jenseits zu bejahen, sondern sich bewusst Zugang dazu zu verschaffen, um auf diese Weise eine positive Weltvisionen besser halten zu können. Unser intuitives Wissen darüber, dass wir zu einem bestimmten Zweck auf diese Welt gekommen sind, wird dadurch Teil unserer Realität.

### **Warum bleiben wird dann nicht trüben?**

**I**m Jenseits, oder der spirituellen Dimension, können wir uns alles vorstellen und Les auch kreieren, doch ist diese Form nun physikalischer Kreation nicht so erfüllend wie eine Schöpfung in dieser Welt. Wenn wir selbst dann die Wahl getroffen haben, in dieser dichteren Vibration der Erde Form anzunehmen, wollen wir uns daran erfreuen und die Konsequenzen unserer Handlung hier erfahren dürfen. Das

Leben auf der Erde ist notwendig, damit die Seele sich entfalten kann. Wir lernen, unsere Fähigkeit zu visualisieren und sie auf gleiche Weise zu verwenden, wie wir es im Jenseits tun würden. Sobald wir dies tun, verbinden wir uns mit der spirituellen Dimension und helfen dadurch, Himmel und Erde miteinander zu verbinden. Jeder von uns ist das Alchemistische Gefäß, das Energie in Aktion verwandelt und diese beiden Dimensionen vereint.

## Die Vereinigung der Dimensionen

Der erste Schritt der Menschen muss darin bestehen, einen Kontaktversuch mit dem Unbekannten aufzunehmen, damit diese Kraft für sie zu arbeiten beginnen kann. Bei dieser Kraft handelt es sich um eine die stärkste des ganzen Universums. Vereinigen sich die



Seelen auf der unsichtbare Seite mit den, die wirklich dem Fortkommen anderer Wesen dienen wollen, will die imaginäre Grenze zwischen den beiden Bereichen und die Kraft für beinahe unerschöpflich. Die Kommunikation zwischen dieser Dimension ist nicht möglich, wenn sie nicht

im Guten der Menschheit dient. Sie nicht anzuwenden, stellt eine unglaubliche Verschwendung von Energie dar. Das Leben auf der Erde stellt lediglich eine Präparation für das Leben in unserer Phase dar, und des gleichen bereiten wir uns auf eine nächste Stufe vor. Deshalb sind wir so ungeduldig dabei, ändern durch eure Welt zu helfen.

Viele Menschen berichten davon, dass sie unmittelbar nach dem Eintritt ihres Todes nicht wahrhaben wollten, dass sie tot sind. Dies ist besonders dann der Fall, wenn der Tod plötzlich und unvermittelt eintrat. Wenn wir sterben, haben wir offenbar noch eine mehr oder weniger länger andauernde Identifizierung mit dem Körper, die durch die Kraft unserer Denkweise zu erklären ist. Menschen, die ihren Tod durch Rückführung im Vorleben wieder erfahren haben, sprechen darüber, wie Sie sich in diesen körperlosen Zustand durch Imagination oder Intention an jeden beliebigen Ort oder Zeitpunkt versetzen konnten.



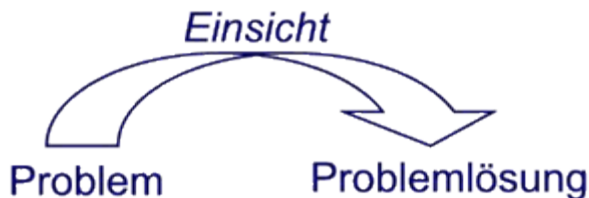
## Wie sehen wir im Jenseits aus?

**D**en meisten Berichten zufolge sehen wir direkt nach dem Tod genauso aus wie vor dem Tod. Später können wir die Form unseres Körpers annehmen, als er sich auf dem Höhepunkt seiner Vitalität befand. Geistige Körper sind formbar, entsprechen unseren Erfahrungen, Emotionen und Gedanken. Einsicht in unser Vorleben ist essenziell zum Verständnis des jetzigen Lebens.

Hunderte von Berichten von Nahtoderfahrungen nach haben Menschen ihr ganzes Leben in kürzester Zeit vor ihren Augen ablaufen sehen. Mit großer Klarheit konnten sie jeden bedeutenden Aspekt Ihres Lebens. In scheinbar nur wenigen Sekunden oder Minuten Erden Zeit überschauen sie Jahrzehnte von wichtigen Augenblicken ihres Eigenen Lebens. Diese sofortige Rückschau dient nur einen Zweck, zu erkennen, wie gut wir das Leben erlernt haben. Meistens berichten Menschen von ein von einer tiefen Sehnsucht danach, der spirituellen Bereich, verweilen zu dürfen. Doch wegen ihrer Kinder und geliebten, dem Wunsch, noch mehr zu lieben oder der Einsicht, dass sie ihren Zweck auf Erden noch nicht erfüllt haben, entscheiden Sie sich Ihr irdisches Dasein vorzuführen.

## Einsicht verändert alles

**I**n fast allen Bereichen von Nahtoderfahrungen, erfährt die betroffene Person keine dramatische Veränderung ihrer Persönlichkeit. In fast allen dokumentierten Fällen handelt es sich bei dem Kontakt mit der spirituellen Dimension und den damit verbundenen Einsichten um ein direktes, inneres verstehen und Wissen. Menschen werden sich der Tatsache ihrer Seele bewusst und dürsten danach, bestimmte Erfahrung zu machen um bestimmte Dinge in ihrem in einem Leben zu erreichen.



## Das Verständnis des jetzigen Lebens vor der Geistwerdung

Es werden sich mehr und mehr Menschen in nächster Zeit mit dem Wachstumsprozess ihres eigenen Bewusstseins befassen und zwar während sie sich selbst noch auf dieser Welt und in ihrem Körper befinden. Durch stille Meditation,



das Führen eines Tagesbuches, das Empfangen von aufschlussreichen Träumen oder eine spontane Erleuchtungserfahrung erkennen mehr und mehr Menschen ihren Anteil am großen Bild der Entwicklung unserer Seelen. Mit wachsendem Bewusstsein über unsere bisherigen Lebenserfahrung und dem Inhalt unserer ursprünglichen Lebensvision erhöhen wir auch unseren Begriff davon, was in Wirklichkeit möglich ist und wer wirklich sind. Dann erst wird unser Sein zur Quelle, der unsere Handlungen und Aktivitäten auf natürliche Weise entspringen. Wir selbst haben irgendwann beschlossen, die spirituelle Dimension zu verlassen und dieses Leben anzunehmen, um reiche Erfahrung zusammen, die unsere Seele auf die nächst höheren Ebene transportieren wird. Die Geburtsvision jedes Einzelnen stellt dabei nur eine Facette der Welt Vision dar. Ohne die Furcht vor dem Tod, vor der Trostlosigkeit einer ewigen Lehre,

sind wir im Stande, fröhlicher und befreiter zu leben als jemals zuvor. Neugier und eine spielerische Abenteuerlust im Umgang mit dem Leben, die uns in unserer Kindheit ganz natürlich waren, wird uns dabei ermutigen, mit noch größerer Frage nach intuitiven Bildern zu forschen und ihnen zu folgen oder unser Leiden in einem ganz anderen Licht zu betrachten. Die Weltvisionen manifestieren sich jeden Tag wieder neu und werden ein Resultat der kollektiven Schwingungen unseres Daseins und unserer Handlung.

## **Die Erinnerung an die Existenz einer spirituellen Dimension in diesem Leben ist das höchste Ziel der irdischen Evolutionsspirale.**

**W**erfen wir Blick auf die Glaubensgrundlagen unserer Kultur, so wissen wir, dass mit dem Verständnis über eine spirituelle Dimension notwendigerweise auch noch andere, scheinbar neuartiger Ideen akzeptiert werden müssen, zum Beispiel das Überleben des physischen Todes. Ein Konzept das vielen scheinbar aufgeklärten Mitglieder unserer westlichen Gesellschaft immer noch als phantastisch erscheint und in unserer wissenschaftsorientierten Gegenwart weitgehend in den Bereich unserer abergläubischen Vergangenheit verdrängt wurde.

### **Die Wiedergeburt**

**D**as Konzept der Reinkarnation, Wiedergeburt, die davon ausgeht das unsere Seele, unser ewiges Bewusstsein wieder und wieder Formen annimmt, um zu lernen, zu wachsen und sich zu entwickeln. Das Wissen über Reinkarnation erreicht uns durch Religionen und esoterische Lehren, spontaner Erinnerung an Vorleben, wird durch Rückführung in andere Inkarnation erreicht und durch Menschen kommunizieren, die eine erhöhte Sensibilität oder Begabung für das spirituelle haben.



### **Die spontane Erinnerung an frühere Lebenszeiten**

**I**m Verlauf einer spontanen Erinnerung eignet sich der betreffende schlagartig bei der ersten Begegnung mit einer Örtlichkeit oder einer Person an diese zurück. Ein so genanntes Déjà-vu, das Gefühl einen bestimmten Augenblick schon einmal durchlebt zu haben, reicht allerdings nicht, um von einer Erinnerung eines Vorlebens zu sprechen. Außergewöhnlich spontane Bindung, die Liebe auf den ersten Blick, solange es sich dabei um wahre Liebe handelt, deuten allerdings auf eine Beziehung hin, die sich bereits auf gemeinsame Vorleben bezieht. Eine spontane Erinnerung an frühere Leben kann ebenfalls durch einen Gegenstand, Bilder, Bücher oder vergleichbarer Situation ausgelöst werden. Häufig werden sie unter großer Anstrengung bzw. unter außergewöhnlichen körperlichen oder emotionalen Zuständen erfahren. Glauben an Reinkarnation ist dazu nicht vonnöten.

## Körperliche Merkmale, Gewohnheiten und Neigungen

**H**inweise auf einem Vorleben können sich auf vielfältige Weise bemerkbar machen. Körper malen, besondere Lebensgewohnheiten, außergewöhnliche Fähigkeiten oder Kalender bzw. feste Lebensvorsätze und Vorstellung, die nicht



auf dem Familienhintergrund in diesem Leben zurückzuführen sind, gehören dazu. Manchmal erinnert sich jemand an eine tödliche Wunde aus einem Vorleben, die einem besonderen Muttermal in diesem Leben entspricht. Bei stark ausgeprägten körperlichen

Merkmale handelt es sich vermutlich um Hinweise auf bestimmte Erfahrung oder Lektion, die es in diesem Leben zu lernen gilt. So können wir so können uns auch gewisse Neigungen Hinweise auf unser Vorleben liefern. Eine Leidenschaft, Antiquitäten aus einer bestimmten Epoche oder eine besondere Vorliebe für eine bestimmte Landschaft, deuten unter Umständen auf eine positive Erfahrung in einer früheren Inkarnation hin. Die eindeutige Erinnerung an Vorleben ist in der Geschichte der Menschheit durch viele historische Dokumente belegt worden.

Mit unseren Seelengruppen sind wir verbunden. Sie kennen uns. Sie teilen mit uns unsere Geburtsvision, begleiten uns durch unser Leben und bleiben nach unserem Tod bei uns, wenn wir Rückschau auf unser abgelaufenes Leben halten. Sie dienen als Reservoir für unsere Erinnerung daran, wer wir wirklich sind. Befinden wir uns im Jenseits, erweisen wir den internierten Seelen auf der Erde den gleichen Dienst, wir werden zum Teil einer Seelengruppe. Dieser Erkenntnis nach wird bestimmt, dass Intuitionen nicht von den Seelengruppen stammen, sondern aus göttlicher Quelle. Jedoch erhalten wir von unserer Seelengruppe Unterstützung und Energie, die uns dabei hilft, nicht zu vergessen, wer wir eigentlich



lich sind und  
worin unsere  
Geburtsvision  
besteht. Wir  
selbst haben in  
diesen Augenbli-  
cken ein erhöhtes  
Glücksgefühl,  
unser Bewusst-  
sein erweitert  
sich.

- **Schauen Sie auf Ihr Leben zurück. Wenn Sie sich selbst in ihrer Liebesfähigkeit gegenüber anderen Menschen in ihrer Offenheit gegenüber neuen Erkenntnissen bewerten sollten, welche Noten würden Sie sich auf einer Skala von 0-100 geben?**
- **Davon ausgehend, dass jeder Gedanke und jeder Handlung, wie unwichtig sie auch erscheinen mögen, in ihrem Überblick auftauchen werden: was würden Sie morgen anders machen?**
- **In welchem Bereich ist in welchen Bereichen ihres Lebens haben Sie die größten Schwierigkeiten? Wenn Sie von den unten stehenden Begriffen die ein oder zwei für sie wichtigsten und schreiben Sie 4-5 Minuten über eins ihrer Probleme, das nicht auf dieser Liste steht und führen sie.**

Körperlich	Geistig	Spirituell	Emotional
Größe	Selbstvertrauen	Romantische Liebe	Rassismus
Gewicht	Lernbehinderung	Familienprobleme	Verachtung
Zu viel Geld	Sprachbarriere	Depression	Verrat
Zu wenig Geld	Geisteskrankheit	Furcht	Entfremdung
Nicht Schön		Verlust	Misstrauen
Zu Schön		Trauer	
Sucht			
Sexualität			

- **Auf welche Weise haben Sie von diesen scheinbaren Hindernissen gelernt oder profitiert?**
- **Auf welche Weise haben Ihnen diese Hindernisse bei Ihrer Entwicklung der Liebesfähigkeit geholfen?**
- **Wenn einer Ihrer Freunde vor demselben Problem stehen würde, welchen Rat würden Sie Ihm erteilen?**
- **Auf welche Ihrer Leistungen sind sie am meisten Stolz? Schreiben Sie vier oder fünf Minuten lang darüber, wie Ihnen diese Leistung gelang und was Ihnen am meisten geholfen hat.**

## Kapitel 18: Mysterium Tod/Geburt

**W**ir alle tragen die große Frage in uns: „Gibt es ein Leben nach dem Tode?“ Eigentlich müsste diese Frage jedoch lauten: „Gibt es ein Leben vor dem Tode?“ Rein physisch zu leben heißt noch lange nicht, wirklich lebendig zu sein.



Sobald wir uns vom Mysterium des Lebens abgetrennt haben, das gleichzeitig eine Trennung und Verneinung der weiblichen Urkraft ist, hören wir auf, aus dem Lebensfluss zu schöpfen und uns tragen zu lassen. Das Resultat daraus ist die Einengung der Lebensenergie, die sich versucht durch Todesangst zu befreien. Es ist die Angst,

dass wir bald sterben, bevor wir begonnen haben aufzuwachen und zu leben. Die Kraft der Todesangst erinnert uns also daran, dass wir uns endlich um unsere Verbindung zum Leben kümmern und wir uns wieder mit dem großen Geist und den weiblichen Urkräften verbinden sollten.

**T**od an sich ist eine Illusion oder ein von uns Menschen geschaffenes Konstrukt, das von einem Jahrtausend alten Irrglauben geprägt ist. Dieser Irrglaube hat uns geprägt, innerhalb von bestimmten Zeiträumen zu denken, dem Zeitraum von der Geburt zum Tod. Dies ist vor allem in unserer Kultur der Fall. Der Vatikan hat im vierten Jahrhundert dafür gesorgt, dass jeder Hinweis auf ein Fortbestehen des Lebens, durch Wiedergeburt aus den Schriften ausradiert wurde. Und damit haben sie uns den



Zugang zum Mysterium des Lebens verweigert, bis wir uns selbst irgendwann immer mehr davon entfernt hatten. In Wirklichkeit gibt es keinen Tod, sondern nur Leben. Das was wir Tod nennen, ist nichts anderes als ein „Rückerstattungsprozess“, in dem wir

die Lebensform (Bestandteile des Körpers, die Elemente und Schwingungsfelder) wieder zurückgeben an die Quelle, von der wir sie ausgeliehen haben. Da wir die Gewohnheit haben, festzuhalten an dem was wir kennen, erhalten wir bei diesem Rückerstattungsprozess den Eindruck zu sterben und uns aufzulösen.

**L**eben ist ein ständig fließender Strom ohne Anfang und ohne Ende, seine Quelle ist die urweibliche Kraft. In diesem Strom fließen wir, solange wir nicht in Zeiträumen denken, denn dadurch setzen wir Grenzen innerhalb des Lebensflusses, und wir erhalten den Eindruck, dass wir von einer Grenze zur anderen schwimmen. Wenn wir an einer Grenze angekommen sind, dann sterben wir, um dann irgendwann hinter dieser Grenze wieder in ein neues Leben zu kommen usw.



**D**er Tod ist nichts anderes als ein Übergang in einen anderen Zustand des Lebens. Es gibt kein Ende, sondern nur ein kontinuierliches Fließen von einem Zustand des Lebens in einen anderen hinein. So ist Geburt ein Geborenwerden in diese Existenz hinein, doch ebenso ein sterben aus einer anderen Welt (Bewusstseinszustand) heraus. Genauso wie das Sterben in dieser Existenz eine Geburt ist, die uns in andere Bewusstseinszustände hineinführt. Leben ist Energie in Bewegung und wir existieren wie in einem Ozean von Schwingungen und Energien, während Bewusstseinskräfte dem Ozean bestimmte Richtung und Form geben. Verdichten sich die Schwingungen, so verdichten sie sich zu Formen (Universen, Sonnensystemen, Planeten bis hin zu Ameisen), aber auch zu unserem Traumkörper und schließlich physischen Körper. Wir hören nie auf zu leben, wir verändern die Zustände unseres Daseins.



## Samsara ist der ewige Kreislauf von Geburt, Tod und Wiedergeburt.

Samsara ist deshalb auch als Seelenwanderung bekannt, was aus diesem Grund auch die Karmalehre und Reinkarnation mit einschließt. Das Wort wird von sam (= herum) und sar (= gehen, sich bewegen) abgeleitet. Samsara heißt wörtlich "herumdrehen", "kreisen" und bedeutet philosophisch den Kreislauf der Geburt, des Todes und der Wiedergeburt eines jeden Individuums. Samsara besagt somit den Kreislauf ewigen Werdens und Vergehens alles Seienden.



Samsara hängt eng mit der Lehre des Karma zusammen, wonach jedes menschliche Handeln (Karma) neben seiner sichtbaren Wirkung auch eine unsichtbare Wirkung hervorruft (Karma-Phala), die gut oder schlecht (Verdienst oder Schuld) sein kann. Diese unsichtbare Wirkung bleibt bestehen, auch wenn die sichtbare Wirkung bereits verschwunden ist. Sie beschränkt sich nicht auf das gegenwärtige Leben, sondern währt über dieses hinaus und bestimmt qualitativ und quantitativ den Zustand nach dem Tod. Handlungen des gegenwärtigen Lebens sind die Ursache der zukünftigen Existenz, so wie alle

Umstände des gegenwärtigen Lebens die notwendigen Folgen der Taten im früheren Dasein sind.

Die Annahme, dass jede Tat ihre Vergeltung finden muss, schließt mit Notwendigkeit die Idee der Seelenwanderung oder Wiedergeburt (Reinkarnation) ein. Hindus glauben nicht an die Existenz einer ewigen Hölle. Das Fegefeuer, wie es aus christlicher Tradition bekannt ist, hat auch keinen Platz in ihrem Glauben, da sie der Meinung sind, dass ein Wesen seine Erlösung nur in seinem menschlichen Dasein erarbeiten kann. Wenn daher der Mensch im Tod erlösungsbedürftig ist, muss er wiedergeboren werden.

Der Grund dafür, dass die Lehre vom Karma die Wiedergeburt zur Konsequenz hat, ist ihr enger Zusammenhang mit der Idee von Samsara, was "das Rad des Lebens", den ewigen Kreislauf aller Schöpfungen bezeichnet. Nacht und Tag, Sommer und Winter, Geburt und Tod wechseln in alle Ewigkeit. Das Karma, das ich jetzt ernte, ist frühere Menschenleben hindurch gesät worden. Der Körper, die Familie, die Nation und die Kaste, in die hinein ich geboren wurde, sind durch meine Handlungen in früheren Leben bestimmt worden. Samsara, Karma und

Reinkarnation handeln davon, dass die Seele früher in anderen Körpern gewohnt hat und dass sie in anderen Umgebungen gelebt hat.

Die Menschen, die wir eben jetzt um uns sehen, sind eigentlich nur Körperhüllen, von denen jeder einzelne eine (uralte) ewige Seele in sich trägt. Sie hat zahllose Male in der Vergangenheit in anderen Körpern gewohnt. Jede Seele ist schon geboren worden und auch gestorben und ist Millionen mal in endlosen Generationen wiedergeboren worden.

**A**us diesem Grunde ist es, nach dem tibetanischen Totenbuch - genannt Bardo Thödol, unsinnig von vielen Leben zu sprechen, denn es gibt nur ein Leben in unterschiedlichen Daseins- und Schwingungszuständen und der Tod ist hierfür die



Wandlungskraft, der große Transformator. Das setzt voraus, dass, wir bereit sind, an keinem Lebenszustand festzuhalten, sondern immer bereit sind, loszulassen und uns dem Lebensfluss hinzugeben.

Auseinandersetzung mit Sterben ist eine Auseinandersetzung mit Loslassen, Hingabe und Einverstanden sein. Solange wir Angst vor dem großen Moment des Todes haben, ist es uns unmöglich, wirklich zu leben und uns so auf das Mysterium des Lebens einzulassen. Die meisten Menschen schieben Gedanken an ihren eigenen Tod weit von sich, obwohl dieser Übergang ihnen tagtäglich in der Welt begegnet. Wenn das Leben sich aus dem Körper zurückzieht, um in einem anderen Zustand weiter zu existieren, dann hängt vieles davon ab, in welchem Maß wir loslassen und uns diesem Prozess hingeben

können.

Deshalb ist es wichtig, uns schon während des materiellen Lebens auf das Sterben vorzubereiten und zu lernen in jedem Augenblick loszulassen, ohne Anhaftung an das Alltägliche. Wenn wir jeden Tag in dem Bewusstsein beginnen würden, dass dieser Tag der letzte unserer Existenz auf Erden sein könnte und wir in jeder Minute sterben könnten, dann würde der Tod zu einem Verbündeten für uns werden.



**W**ir würden lernen, jeden Augenblick des Lebens auf dieser Erde zu nützen und das im Alltag umzusetzen, was wirklich sinnvoll und wichtig ist. Diese Einstellung finden wir ebenfalls in den schamanischen Kulturen wieder. Der Tod als Verbündeter und Freund und nicht als Feind den wir zu bekämpfen haben. Der Tod als Verbündeter verhilft uns, Prioritäten zu setzen und er bringt uns ins Hier und Jetzt. Wir erkennen, dass es nichts als Zeitverschwendung bedeutet, über Vergangenheit und Zukunft nachzugrübeln oder in dem Vergangenen verhaftet zu bleiben. Nicht verhaftet bleiben bedeutet, dass wir uns zuerst mit dem Vergangenen auseinandersetzen müssen, bevor wir loslassen. Nutzen wir wirklich jeden Augenblick unseres Lebens voll aus, dann werden wir schließlich beim Sterben nicht den Eindruck haben, etwas verpasst zu haben. Letztlich ist es die Angst, im Augenblick des Sterbens erkennen zu müssen, dass wir an uns vorbeigelebt haben, uns nicht verwirklicht haben und unsere Lebenszeit mit unsinnigen Dingen verbracht haben. Diese Ängste und die Lebens-Entscheidungen werfen uns dann in den Kreislauf der Wiedergeburt zurück. Die Erkenntnis „Ich habe nie gelebt, wie ich hätte leben können“ oder die Entscheidung „Ich habe noch einiges zu erledigen und abzuschließen“ bringt uns in die magnetische Anziehungskraft einer neuen Geburt hinein.

Wenn wir erkennen, dass das Mysterium des Lebens aus einer Kontinuität von verschiedenen Schwingungszuständen besteht, die sich in einem bestimmten Rhythmus abwechseln, dann können wir uns mit dem Tod aussöhnen, und er wird seinen Stachel verlieren.

Gleichzeitig haben wir begriffen, was Leben wirklich bedeutet. Die meisten Menschen stehen auf dem Standpunkt, dass niemand, der nicht selbst schon gestorben ist, authentisch über den Tod sprechen kann und dass es, da noch niemand von den Toten zurückgekehrt ist, unmöglich sei, über den Tod oder den Zustand nach dem Tode etwas auszusagen.

**I**n dem tibetischen Totenbuch heißt es dazu: es gibt keinen einzigen Menschen, der noch nicht von den Toten zurückgekehrt ist. In der Tat, wir alle sind schon

viele Male durch die Bardó's gegangen, bevor wir in dieses Leben traten. Was wir

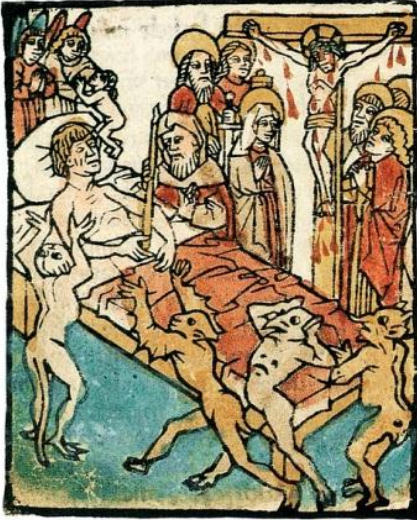
Geburt nennen, ist nichts als die andere Seite des Todes, ein anderer Name für denselben Vorgang, vom entgegengesetzten Standpunkt aus gesehen, so wie wir dieselbe Tür als Eingang oder Ausgang bezeichnen. Der Grund, warum die meisten Menschen nicht glauben: „da kommt, noch was“, hat damit zu tun, dass sie sich nicht mehr an einen Todeszustand erinnern können. Aber auch in gleicher Weise erinnern sie sich nicht ihres vorgeburtlichen Zustandes oder ihrer Geburt – und dennoch zweifeln sie nicht einen Augenblick daran, dass sie geboren wurden!

Sie sehen die Tatsache, dass das aktive Erinnerungsvermögen nur einen kleinen Teil unseres Bewusstseins ausmacht und dass unser Unterbewusstsein oder Tiefenbewusstsein einen viel größeren Raum mit Eindrücken und Erfahrungen ausfüllt, die unserem Wachbewusstsein längst entglitten sind.

**D**as Tiefenbewusstsein ist der Raum den wir während des Sterbens betreten. „Wenn durch irgendeinen Zufall bei einem Menschen der Schleier zum Tiefenbewusstsein sich öffnen sollte, so würde er zermalmt und zerstört werden. Das Ich-Bewusstsein kann die fließende und mysteriöse Welt des Tiefenbewusstseins nicht erfassen, solange wir nicht genug Kraft oder Bewusstsein angesammelt haben in den Bardos zu bestehen“. Wir finden das wieder, in psychotischen oder drogeninduzierten Zuständen. Darum werden die Schleier seit jeher von allen Eingeweihten bewacht und in den Mysterien und Symbolen verborgen. Sollte jemand die Kraft und die innere Reife besitzen den Schleier zu lüften, dann kann er das Mysterium von Geburt und Tod durchschauen und eine unerschöpfliche Kontinuität und allumfassende Verbundenheit des Lebens erkennen. Für diese Menschen ist die Wiedergeburt nicht eine bloße Theorie, sondern eine Tatsache der Erfahrung und das durchschreiten der Wahrnehmungspforten ermöglicht ihnen auf einen unerschöpflichen Reichtum des Wissens und Erfahrungen zurückzugreifen. Auf diesem Wege sind alle Totenbücher entstanden, sei es in Ägypten, Griechenland oder in den hermetischen Mysterien.



Wenn unsere letzte Stunde gekommen ist, sollten wir uns an das Geistige und Wesentliche erinnern, bereit sein alles Unwesentliche hinter uns zu lassen. Dies erfordert aber, dass wir uns schon während der Lebenszeit mit dem unwesentlichen und wesentlichen des Lebens auseinandergesetzt haben. Und dass, wir endgültig mit unseren offenen Gestalten und Traumata abgeschlossen haben. Das heißt, um dieses möglich zu machen, muss man sich während seiner Lebenszeit geistig, psychologisch und spirituell vorbereiten. So wie wir gelebt haben, die Entscheidungen die wir getroffen, was wir an Bewusstsein aufgebaut und gepflegt haben ist richtunggebend für den Ablauf und das Erlebnis unseres Sterbens.



## Kapitel 19: Seelenverwandtschaft

Der Mensch als Gemeinschaftswesen setzt wiederum die Existenz einer Gemeinschaft voraus. Gemeinschaft demonstriert Zugehörigkeit. Diese Demonstration kann selbstverständlich auch auf negative, verneinende Weise erfolgen. Dann grenzt sich der Mensch, bzw. die Seele eindeutig ab. Grundsätzlich kann ein Mensch jedoch nicht als Einzelseele leben, da seine Seele als Glied einer Gruppenseele entstanden ist.

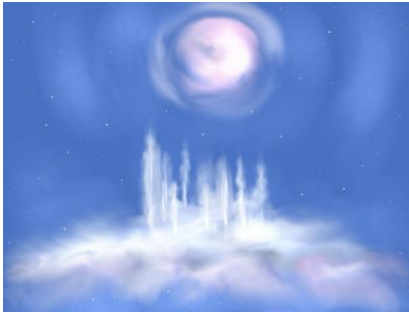


Der Mensch bleibt als Einzelseele stets mit der Seelengruppe, aus welcher er sich losgelöst hat, verbunden. Diese Verbundenheit besteht über die innere Entwicklung hinaus bis hin in die nachmenschliche Periode. Auch hier gibt es dann allerdings wieder verschiedene Verwandtschaftsgrade.

- Mehrere Einzelseelen bilden eine Seelenfamilie
- Mehrere Seelenfamilien bilden eine Seelensippe
- Mehrere Seelensippen bilden eine Seelengemeinschaft
- Alle Seelengemeinschaften bilden die heutige Menschheit

## Seelenverwandtschaft und Rollentausch

Da die Seelenverwandtschaft ein inneres und kein äußeres Merkmal ist, setzt diese bei der Inkarnation nicht dieselbe Rasse oder denselben Menschentyp voraus. Die Seelenverwandtschaft bedeutet vielmehr, dass die Seelenverwandten



ihre innere Entwicklung über längere Perioden gemeinsam vollziehen. Am engsten verwandt sind Seelen, die zu einer Seelenfamilie gehören. Natürlich sind aber auch verschiedene Seelenfamilien, sofern sie derselben Seelensippe angehören miteinander verwandt. Dann nur nicht mehr so eng. Insgesamt gibt es auch innerhalb einer Seelenfamilie enge oder weniger enge Beziehungen, wobei sich hier das Seelenpaar am

nächsten steht. Diese Beziehung, also die Verbindung eines Menschen mit einer einzigen Seele (Zwillingsseele), ist am innigsten und gilt für die Ewigkeit. Die Mitglieder einer Seelenfamilie oder -sippe vollziehen ihre Entwicklung oft über längere Zeiträume auf der gleichen Stufe. Sie müssen sich trotz dieser zwischenmenschlichen Beziehung jedoch nicht stets im gleichen Abschnitt befinden. Die Seelenfamilie begleitet uns somit durch viele Reinkarnationen auf der Erde. Die Aufgaben und Rollen der Mitglieder können sich dabei stark unterscheiden. So kann die Tochter im letzten Leben im aktuellen Leben auch die Rolle der Mutter übernehmen. Was bleibt, sind die Akteure der Seelenfamilie, die den Großteil unserer zwischenmenschlichen Beziehungen abbilden.

Habt ihr jemals jemanden getroffen, zu dem ihr eine sofortige Verbindung gefühlt habt? Es gibt eine sehr gute Chance, dass diese Person ein Teil eurer Seelengruppe ist.

Was ihr fühlt, ist das Band, das ihr für viele Lebenszeiten geteilt habt. Das schließt enge Freunde ein, die von unseren Leben seit dem Tag unseres Erwachens gefallen sind.

Das Alter der Leute in eurer Seelengruppe kann sich während dieser Verkörperung drastisch ändern. Einige können früh hierhergekommen sein, um dabei zu helfen, irgendwie den Weg für euch zu ebnen, während andere gewartet haben können, sich für euch zu verkörpern, um dasselbe für sie zu machen.

Eure Interessen und Hobbys können auch dazu führen, an jedem Tag mehr von eurer Seelengruppe zu finden, ihr werdet in eine spezifische Richtung geführt. Während ihr auf dieser Reise seid, wird ein Seelengruppenmitglied scheinbar ma-

gisch erscheinen, um euch entlang eures Pfades zu helfen oder zu führen. Das ist ganz sicher kein Zufall.



Manchmal wird gerade das Schauen auf eine Person mit euch mitschwingen. Ihr könntet diese Person nie offiziell treffen, aber ihr fühlt diese Vertrautheit mit ihm oder ihr, als ob ihr diese Person von irgendwo oder woanders gekannt habt.

Es kommt sehr selten vor, dass eine ganze Seelengruppe sich zusammen verkörpert. Wir erhalten Hilfe und Führung, nicht nur von unseren Geisterführern und Schutzengeln, sondern von unseren Seelengruppen und Familien auf der anderen Seite des Schleiers.

Manchmal verkörpert sich die wichtigste Person in unserer Seelengruppe, unsere Zwillingssflamme, aus demselben Grund nicht mit uns.

Außerdem bezieht praktisch jede eurer Beziehungen eine Person aus eurer Seelengruppe, einschließlich Ex-Frauen oder Ex-Männer, mit ein.

### **Wie weiß ich, ob jemand ein Teil meiner Seelengruppe ist?**

- \* Ihr fühlt euch, als ob ihr diese Person für viele, viele Lebenszeiten gekannt habt.
- \* Es gibt einen Austausch von Energie, die unbeschreiblich ist.
- \* Obwohl diese Person mit euch nicht verbunden ist, er oder sie fühlt sich wie "Familie" an.
- \* Ihr könnt die Sätze eines Anderen beenden, als ob ihr zuweilen ihre Gedanken lesen könnt.

### **\* Eine Synchronizität hat euch zusammengebracht.**

Was immer der Grund dafür ist, dass ihr euch dafür entschieden habt, euch hier zu verkörpern, seid versichert, dass ihr viele, viele Mitglieder in eurer Seelengruppe habt, die euch lieben und unterstützen!



Es gibt verschiedene Seelenverbindungen, die einerseits sehr schön und bereichernd sein können, aber andererseits leider auch sehr schwierig und leidvoll sind – je nachdem, um welche Verbindung es sich dann handelt.

## Seelenverwandte

Viele Menschen glauben, dass sie, wenn sie sich mit jemandem sehr vertraut fühlen, sich sehr gut verstehen, die gleichen Gedankengänge, die gleiche Wellenlänge haben, das Gleiche fühlen usw., ihren Seelenverwandten getroffen hätten. Womöglich handelt es sich in dem Fall auch um eine Seelenverbindung, aber seelenverwandt sind im Grunde genommen alle Seelen miteinander. Somit sollte man mit dem Begriff „Seelenverwandter“ doch sehr gut dosiert umgehen. Die meisten Menschen verstehen und verwenden diesen Begriff falsch, was leider auch durch Aussagen in Filmen und Serien gerne noch verstärkt wird.



## Seelengefährten

Die Verbindung als Seelengefährten (ohne eine weitere Konstellation wie z. B. zusammen mit einer karmischen Verbindung!) ist eine sehr schöne und bereichernde Verbindung, die ich folgendermaßen erklären möchte:

Nach dem Ableben unserer körperlichen Hülle geht unsere Seele zurück in die geistige Welt, die wir auch als Jenseits bezeichnen. Die Seele geht dann immer wieder zurück in die gleiche Seelengruppe. Man kann sich diese Gruppen vorstellen, wie Freundeskreise oder auch wie Schulklassen. In diesen Gruppen sind immer die gleichen Seelen, die unserer eigenen Seele dann auch sehr vertraut sind, weil man sich schließlich schon ewig kennt. Wichtig zu wissen ist auch, dass oftmals geglaubt wird, innerhalb dieser Gruppen wären auch die eigenen Eltern und Geschwister anzutreffen. Doch das muss nicht zwangsläufig der Fall sein. Oftmals sind die eigenen Angehörigen aus den irdischen Leben in anderen Seelengruppen.

Innerhalb der Seelengruppen wird gemeinsam gelernt. Es herrscht das gleiche Lernniveau, welches nicht mit dem Bildungsstand im irdischen Leben verwechselt werden darf. Man reflektiert innerhalb dieser Gruppen sein letztes Leben, was man dort hätte anders und besser machen können und man plant auch die Themen, die man mit in sein nächstes irdisches Leben mitnehmen möchte, um daran zu lernen und zu reifen. Ebenso treffen wir dort auch unsere Verabredungen mit ande-

ren Seelen aus dieser Gruppe. Sind wir dann in unserem irdischen Leben, bringt uns das Schicksal unsere Lernthemen und die auserwählten Seelen (z. B. Seelengefährten oder karmische Verbindungen) auf unseren Lebensweg, wenn es dann sein soll, dass wir uns damit beschäftigen. Die Richtung haben wir uns als reine Seele also selbst grob vorgegeben. Das Schicksal wählt aus, wann und wie wir damit



konfrontiert werden und wir selbst sind dann wieder diejenigen, die durch Entscheidungen und Handlungen unsere Lernthemen bearbeiten und somit unser Leben ausfüllen.

Wenn man im irdischen Leben dann einem solchen Seelengefährten begegnet – jetzt mal ganz unabhängig von anderen Seelenverbindungen die noch zusätzlich mit im Spiel sein könnten -, hat dies den Hintergrund, dass man sich gegenseitig noch unterstützt, bestimmte Defizite, die die eine oder

die andere Seele noch nicht gelernt hat, auszugleichen. Manchmal begleiten uns diese Seelengefährten sehr lange in unserem Leben. Diese Verbindungen werden i. d. R. als sehr angenehm und lehrreich empfunden. Wenn allerdings noch eine weitere Konstellation wie z. B. eine karmische Verbindung mit der gleichen Seele hinzukommt, überwiegt meistens das Schwierige innerhalb einer solchen Seelenverbindung. Jedoch ist die Intensität einer solchen Konstellation noch stärker, als bei einer einzigen Seelenverbindung. Viele veranlasst dies dann zu dem Glauben, sie wären ihrer Dualseele begegnet und nicht selten wird dieser Irrglaube womöglich noch durch Aussagen unseriöser Zeitgenossen innerhalb der „Licht-und-Liebe-Branche“ gefestigt. Doch zu der Verbindung der Dualseelen schreibe ich an anderer Stelle.

Es gibt auch Seelengefährten, die nur relativ kurz in unser Leben treten und dann auch ganz schnell wieder weg sind. Letzteres ist oft gegeben, wenn man z. B. in einer Situation steckt, in der man sich selbst blockiert und in seinem Leben nicht vorwärts kommt, weil man eine wichtige Entscheidung nicht trifft – sei es aus Angst vor Veränderungen oder aus Bequemlichkeit. Ein Beispiel wäre, wenn man in einer Partnerschaft lebt, in der man sich aber nicht mehr glücklich fühlt, die Liebe verblasst ist oder die sich grundsätzlich nicht mehr stimmig für einen anfühlt. Oftmals geht man aus einer solchen Partnerschaft nicht heraus, weil es die Macht der Gewohnheit ist oder vielleicht auch, weil man nicht weiß, ob man ein Leben ohne diesen Partner wirtschaftlich und/oder organisatorisch alleine schaffen kann. Vor allem, wenn man mit diesem Partner schon lange zusammen ist, hat man oft Angst, ein völlig neues Leben anzufangen und würde aus diesem Grunde eine

solche Partnerschaft womöglich nicht beenden. In vielen Fällen passiert es dann, dass einer der Partner plötzlich einen Menschen trifft, der ihm dann enorm wichtig wird und in den er sich Hals über Kopf verliebt. Dadurch entwickelt ein Mensch dann die Kraft, sich nun doch ein komplett neues Leben vorstellen zu können. Und wenn dieser neue Partner dies dann auch noch mit Enthusiasmus unterstützt, indem er dem Gegenüber erklärt, wie schnell er sich eine gemeinsame Zukunft vorstellen kann und schon schneller alles plant, womöglich auch schon Taten folgen lässt - als der andere es je von sich aus getan hat, ist ein Mensch plötzlich doch sehr motiviert, sich zu trauen, diesen neuen Lebensweg zu gehen. Nicht selten passiert es dann, dass diese Partnerschaften dann doch schon ziemlich schnell danach in die Brüche gehen. Auch, wenn es im ersten Moment schmerzhaft und traurig sein mag, so hatte diese Begegnung aber auch ein Gutes, nämlich, dass man durch eine Entscheidung, die man vorher niemals getroffen hätte, in seinem Leben vorwärts gegangen ist. Denn die vorherige Situation lässt sich im Nachhinein meistens nicht wieder herstellen, was auch nicht gewollt ist. So ist man im Grunde genommen in der Pflicht, einen neuen Lebensabschnitt zu beginnen.



### **Dualseelen auch Zwillingseele oder Zwillingenflammen genannt**

Über kaum eine andere Seelenverbindung, als die der Dualseelen, sind so viele Fehlinformationen und Märchen im Umlauf. Dies kommt einerseits daher, dass viele Menschen glauben, ihrer Dualseele zu begegnen sei so wunderschön und so besonders, andererseits wird den Menschen dies dann auch noch nachhaltig innerhalb der Esoterikbranche eingetrichtert, um ihnen etwas zu erzählen, was sie sich wünschen. Allerdings, wenn diese Menschen wirklich wüssten, was sie sich da wünschen, würden sie es sich wahrscheinlich eher nicht wünschen.

Zumal gerade die karmische Verbindung mit der Dualseele zu haben äußerst unrealistisch ist. Selbstverständlich ist es nicht völlig ausgeschlossen, auf seine Du-

alseele zu treffen. Aber diese Trefferquote ist doch um ein Vielfaches geringer, als einen 6er im Lotto + Zusatzzahl zu erreichen und somit eben auch um ein Vielfaches geringer, als es den vielen Menschen erzählt wird, dass sie eine Dualseelenverbindung hätten. Das alles passt dann nun doch nicht mit den ganzen Märchen überein, die ganz vielen Menschen erzählt werden, die angeblich auf ihre Dualseele getroffen wären. Doch um dies alles logisch nachvollziehen zu können, muss man zunächst überhaupt erst einmal wissen, was überhaupt eine Dualseele ist:

**S**tellen Sie sich einmal die Seele innerhalb ihrer Seelengruppe vor, die gerade die Themen für ihr nächstes Leben plant. Sie plant ja diese Themen, um sich weiterzuentwickeln, um zu lernen. Manchmal geht es einer Seele dann nicht schnell genug und sie wünscht sich, möglichst viele Themen innerhalb der Lebenszeit eines irdischen Menschen lernen zu können. Da so viel Wissensdurst aber praktisch nicht innerhalb eines irdischen Menschenlebens gestillt werden kann, planen solche Seelen dann, sich zu teilen und in zwei unterschiedliche Körper zu inkarnieren. Um diesen Plan des vielen Lernens umsetzen zu können, macht es also keinen Sinn, mit dem anderen Seelenanteil zusammenzubleiben, denn sonst hätte sich die Seele ja auch nicht teilen müssen. Darum ist ja auch der Plan, dass beide Seelen in unterschiedlichen Körpern möglichst auch weit voneinander entfernt ihre jeweiligen Erfahrungen machen.

**S**ollte es dann doch einmal geschehen, dass diese Dualseelen – also diese beiden inkarnierten Seelenanteile – aufeinandertreffen, wird dies auch sehr gefühlsintensiv sein und man fühlt sich logischerweise eins mit dem anderen. Kein Wunder, denn man ist ja im Grunde genommen auf sich selbst getroffen. Die erste Zeit wird sehr intensiv und schön wahrgenommen. Doch schon bald schlägt dies in ein schmerzvolles Unterfangen um. Dieser andere Seelenanteil spiegelt einem nur zu gut sich selbst. Und wer schon bei den normalen zwischenmenschlichen Beziehungen beobachtet hat, wie oft uns andere Menschen etwas spiegeln und wir uns damit unwohl fühlen, wird dies bei seiner Dualseele als noch viel unangenehmer empfinden. Beobachten Sie doch einmal innerhalb Ihres normalen Alltags Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen. Da gibt es Menschen, deren Angewohnheiten man als unsympathisch wahrnimmt oder über die man sich aufregt. Wie schnell gerät man mit jemandem aneinander, weil man ihn als stur empfindet? Meistens bekommen wir aber gerade in solchen Fällen etwas von unserem Gegenüber gespiegelt, was in uns selbst steckt. Nur bei uns selbst haben wir diesbezüglich eine andere Wahrnehmung und empfinden das gar nicht so, wenn wir uns nicht selbstkritisch auch mal selbst beobachten. Sie können also ganz oft davon ausgehen, dass Verhaltensweisen anderer Personen, die Sie nicht leiden mögen, in Ihnen selbst stecken.



Mal abgesehen davon, dass innerhalb einer Dualseelenverbindung zweier Menschen dies zu Problemen führt, war es ja auch nicht der Plan dieser beiden Seelenanteile, zusammen zu sein. Denn so blockieren sie sich nur gegenseitig und was ihr eigentliches Lernvorhaben betrifft. Letztendlich werden sich beide Seelenanteile unter großem Schmerz wieder trennen müssen, um überhaupt ihr Lernziel erreichen zu können. In der Zeit, in der sie zusammen sind, halten sie sich von dem ab, was sie eigentlich geplant haben.

**W**enn beide Seelenanteile dann nach dem Ableben ihrer körperlichen Hüllen wieder in die geistige Welt und somit in ihre Seelengruppe zurückgekehrt sind, haben sie sehr viel zu verarbeiten. Im Grunde genommen das Doppelte von dem, was eine Seele, die in nur einen Körper inkarniert ist, zu verarbeiten hat. Die zwei Leben einer geteilten Seele zu verarbeiten, ist sehr anstrengend und sie wird dafür viel länger brauchen, als eine Seele, die in nur einen Körper inkarniert ist. Somit wird sie auch länger in der geistigen Welt verbleiben, bis sie erneut inkarniert.

Wie Sie nach dieser Erklärung sicherlich nachvollziehen können, wird nicht jede Seele, sondern nur ein geringer Anteil von Seelen, etwas so Anstrengendes auf sich nehmen. Dies widerlegt schon einmal die große Anzahl der Dualseelen, die angeblich so viele Menschen getroffen haben sollen. Und glauben Sie dann, dass eine vormals geteilte Seele nach diesen Anstrengungen gleich für das nächste Leben wieder eine Seelenteilung plant? Wenn überhaupt, wird es viele weitere durchlebte Inkarnationen dauern, bis eine Seele eine Teilung erneut für sich plant. Auch dies sollte spätestens jetzt den Glauben an ein Karma mit der Dualseele (also mit sich selbst) ganz schnell verbannen. Das würde ja bedeuten, dass man in sämtlichen neuen Leben immer wieder auf die eigene geteilte Seele (auf sich selbst) trifft. Da ja schon unter normalen Umständen das Treffen auf eine Dualseele äußerst selten ist, ist es umso mehr an den Haaren herbeigezogen, wenn jemand sagt, man hätte eine karmische Verbindung zu seiner Dualseele.

**W**er demnach ein sehr intensives Gefühl zu einer anderen Person verspürt und wenn es womöglich dann noch schwierig und leidvoll ist, der sollte eher davon ausgehen, dass es sich zu fast 100 % um eine karmische Verbindung han-

delt. Sollte diese Verbindung sehr, sehr gefühlsintensiv sein, besteht womöglich noch eine weitere Konstellation als Seelengefährten. Diese hohe Intensität lässt jedoch viele vermuten, sie seien auf ihre Dualseele getroffen, was spätestens nach dieser Erklärung logisch erscheinen sollte, dass dem eher nicht so ist.

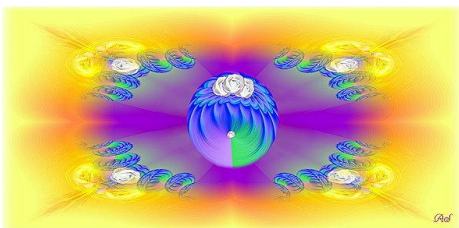


Jeder hat natürlich seinen eigenen Glauben und jeder soll auch glauben, was für ihn stimmig ist. Das ist auch gut und richtig so, denn auch da muss jeder für sich selbst lernen und seine eigenen Erfahrungen machen. Wenn jemand glauben möchte, dass er auf seine Dualseele getroffen ist, dann soll er dies tun. Da ich allerdings aufgrund o. g. Ausführungen die

Überzeugung vertrete, dass nicht alles Dualseele sind, was sich intensiv und schwierig anfühlt, sondern dass es sich dabei eher um karmische Verbindungen handelt – was im Übrigen aufgrund meiner Blicke in die vielen gemeinsamen vorherigen Leben auch Bestätigung für mich selbst genug ist – widme ich mich eher diesen Verbindungen, da dies für mich dann auch einen Sinn ergibt.

## Karmische Verbindungen

**W**ie alles im Leben basiert Karma auf dem Gesetz von Ursache und Wirkung. Alles, was wir verursachen, zieht eine Wirkung nach sich. Egal was wir auch tun, es zieht eine Konsequenz nach sich und das auch inkarnationsübergreifend. Wenn man von



einer karmischen Verbindung spricht, handelt es sich um Seelenverbindungen, die man schon aus vorherigen Leben kennt. Mit diesen Seelen hat man im Zustand der reinen Seele irgendwann einmal verabredet, bestimmte Themen miteinander lernen zu wollen. Und da jede Seele jedes Thema sehr intensiv und von jeder Seite kennenlernen möchte, ist davon auszugehen, dass man mit diesen karmischen Verbindungen sehr häufig in irdische Leben inkarniert.

Auch wenn Karma meistens schwierig und leidvoll ist, so ist es gleichzeitig eine Chance, zu lernen und gestärkt aus diesen Situationen heraus zu gehen. Und wenn wir dann noch die Möglichkeit haben zu verstehen, welche Problematik sich überhaupt dahinter verbirgt, kann dies das Leben erleichtern.

## Kapitel 20: Bewusstseinsfelder

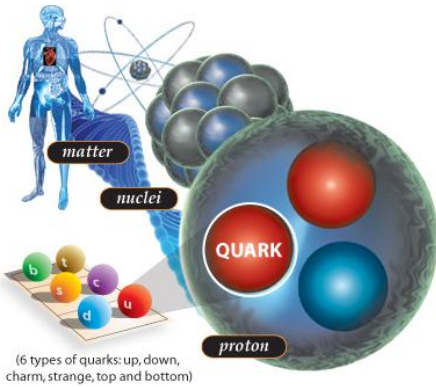
Man spricht hierbei von morphogenetischen Feldern. Darunter versteht er einen Informationsaustausch über die gesamte Erde hinweg. Dieser Austausch an Informationen veranlasst Tiere und Menschen, zur gleichen Zeit an verschiedenen Orten dasselbe zu tun.

In diesem Artikel möchte ich nachweisen, dass diese morphogenetischen Felder auf Bewusstseinsfeldern beruhen. Ein neu geschlüpfter Vogel hat noch keine Erfahrungen gesammelt. Doch er drückt sich an den Nest Rand, sobald der Schatten eines größeren Vogels über das Nest streicht. Er kennt zu diesem Zeitpunkt weder einen größeren Vogel, noch weiß er über die Gefährlichkeit desselben etwas. Wir nennen dies Instinkt, der ihm rät sich zu verbergen. Letztendlich ist es jedoch ein angeborenes Wissen in jeder Zelle in seinem kleinen Körper, das ihn sich artgerecht verhalten lässt und so sein Überleben sichert.

Eine Schildkröte legt ihre Eier im Sand ab und lässt sie von der Wärme der Sonne ausbrüten. Dann kehrt sie ins Wasser zurück. Sobald die kleinen Schildkröten geschlüpft sind, wissen sie, dass sie um ihr Leben rennen müssen, um ins Wasser zu kommen, da zahlreiche Vögel darauf warten, sie zu verspeisen. Auch dies schreiben wir dem Instinkt zu. Dieses universelle Wissen ist eine Verbindung mit dem allumfassenden Bewusstsein, das in jedem Lebewesen, in jeder Zelle innerhalb und außerhalb von ihm vorhanden ist.

Unter Umgehung des Nervensystems ist alles mit diesem Bewusstseinsfeld verbunden, das alles durchdringt. Solange Energie an Materie gebunden ist, bewegt sie sich linear und ist berechenbar. Sie unterliegt ganz bestimmten Gesetzen, dem Energieerhaltungssatz zum Beispiel, die man erforschen kann. Wie man heute aus der Kernforschung weiß, verhalten sich Teilchen, die Masse enthalten, nach diesen Gesetzen. Neutrinos sind die kleinsten massehaltigen Teilchen, die man bei einer Kernspaltung erhält und die man kennt.





Auch sie folgen diesen Gesetzen. Erst wenn man bei weiterer Spaltung zu den masselosen Quarks gelangt, sind alle Gesetzmäßigkeiten aufgehoben. Es bestehen nur noch Energiefelder, die in direktem Zusammenhang mit dem Bewusstsein des Untersuchers stehen. Die Quarks reagieren bei einem Experiment abhängig von dem was sich der Untersucher vorstellt. Dabei müssen diese Vorstellungen ihm selbst gar nicht bewusst sein.

Aus diesem Beispiel kann man den Schluss ziehen, dass ein Bewusstseinsfeld außerhalb des Untersuchers sowohl ihn, als auch das Energiefeld des Quarks beeinflusst und es zu seinem Verhalten veranlasst. Außerhalb der Materie ist alles nur reine Energie und Bewusstseinsfelder. Wobei in der letzten Konsequenz auch Bewusstsein nur eine bestimmte Form von Energie ist. Diese Energie kann an jegliche Form gebunden sein, aber auch außerhalb einer Form existieren.

**E**in Beispiel soll dies veranschaulichen:

Im Herbst finden sich Zugvögel zu einem Schwarm zusammen. Hunderte Vögel ziehen am Himmel dahin und verfolgen ganz offensichtlich bestimmte Bahnen. Jeder Vogel weiß, wie und wohin er zu fliegen hat. Keiner stößt mit einem anderen zusammen, oder schert aus und geht verloren. Jeder scheint das Ziel und die Fluganweisung zu kennen. Keiner teilt es dem Einzelnen mit. Jeder Vogel fliegt in diesem geführten Feld ohne Führer mit. Oder anders gesagt, jeder Vogel kann der Führer sein, da er die Richtung und die Flugbahnen kennt. Er ist mit dem Bewusstseinsfeld aller Vögel verbunden, das sie zwingt nach Süden in die Wärme und Sicherheit zu fliegen. Denn nur dort können sie den Winter überleben und nur im Schwarm können sie dort sicher ankommen. Den Schwarm Vögel können wir als Energiefeld am Himmel sehen. Er ist aber auch gleichzeitig der Ausdruck eines Bewusstseinsfeldes. Dasselbe Bild können wir auch bei einem Schwarm Fische im Meer oder bei einer galoppierenden Herde von Tieren erkennen. Auch Menschen auf der Flucht oder bei einer Massenhysterie verhalten sich genauso.

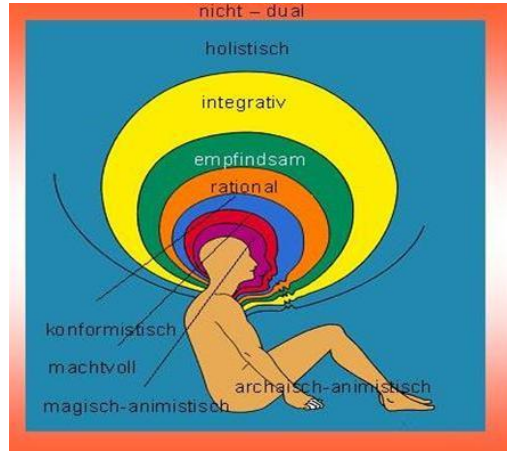




Bewusstsein ist Energie, die sich in verschiedenen Feldern überall befindet innerhalb und außerhalb jeglicher Materie. Es gibt nichts, das nicht mit diesen Energie- und Bewusstseinsfeldern verbunden wäre.

### Man kann verschiedene Ebenen dieser Bewusstseinsfelder unterscheiden:

Das höchste und erste Bewusstseinsfeld, das man vielleicht mit dem Begriff des Göttlichen gleichsetzen kann, ist das konzeptionelle Bewusstsein. Es umfasst die Möglichkeit von allem und jedem. Dieses konzeptionelle Bewusstseinsfeld hat die Idee einer materiellen Welt, denn nur in einer materiellen Welt kann sich das Bewusstsein ausdehnen und weiterentwickeln. Es kann die Materie beeinflussen und formen, es kann lernen und sich



weiter entwickeln. So lange es nur als reines Bewusstseinsfeld besteht, kann keine Veränderung und vor allen Dingen keine Evolution stattfinden.

Es beinhaltet ja bereits das Konzept von allem. Das konzeptionelle Bewusstsein entspricht jedoch nicht einem starren festen Bild, sondern einer sich ständig wandelnden Möglichkeit von allem was je entstehen kann und geschehen wird. Nichts ist fest, alles ist möglich und hängt nur von dem

Umständen ab. Erst die Beschränkung der Materie erfordert eine Anpassung und damit eine Weiterentwicklung des Geistes

# Psychologie

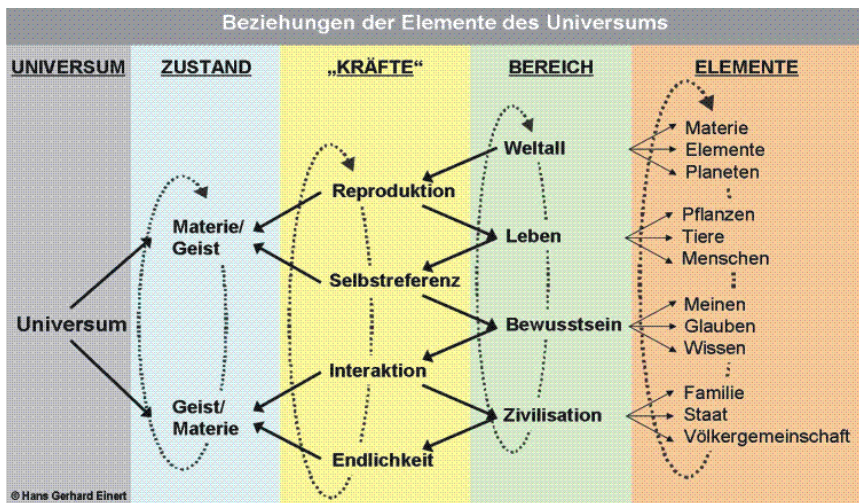
## Kapitel 21: Die Reise ins Ich

Jeder von uns muss dazu übergeben sich auf seine persönliche Reise zu begeben, keine Reise in ferne Länder, sondern eine Reise nach Innen und daran auf sein und dann auf seine Intuition und Botschaften von anderen Menschen zu lauschen. Wir dürfen nie vergessen dass die Reise nach unserem Bestimmungsort ein fortschreitender Prozess ist.



Dieser Bestimmungsort ist kein materieller Ort sondern das Ziel unserer spirituellen Bewegung. Unsere Reise kombiniert unsere Gefühle und Gedanken der Reise. Es wird kein Rastplatz geben, an dem Sie sagen könnten so das war's. Indem wir uns für das Leben und nicht für die Furcht entscheiden, erfüllen wir einen der wichtigsten Aspekte unseres Lebensstils. Wir richten unsere aufmerksam Keitel auf unsere Intentionen lassen das Universum die Türen öffnen.

Was wäre, wenn jemand Ihnen versichern würde, dass sie den Sinn ihres Lebens bereits gefunden haben, dass sie sich bereits mitten in einem Kontinuum bewusster Energie befinden, welches sich sinnvoll um sie herum entfaltet. Was wäre, wenn sie ohne den geringsten Zweifel wüssten, dass sie nicht alleine sind, nicht in der obigen Sinne, sondern allen Ernstes nicht alleine? Was wäre, wenn sie wüssten, dass es keine Unfälle gibt, das überall um Sie herum wichtigen Informationen auf Sie warten, die Sie erkennen können oder auch nicht? Wie würden Sie Ihr Leben verändern, wenn sie wüssten, dass sie nicht aufhören zu existieren, sobald der Körper stirbt?



**W**ie würden Sie sich fühlen, wenn sie durch eine nicht anzweifelbare eigene Erfahrung begriffen hätten, dass Menschen lediglich eine einzige Ebene in einem vielschichtigen Universum intelligenter bewusster Wesen darstellen? Hätten sie Angst? Wären Sie ein wenig bescheidener? Oder aufgewühlt, tief verbunden mit einer Quelle, von deren Existenz sie im innersten immer gewusst haben? Möglicherweise sind Sie jemand, der keine außergewöhnlichen Berichte aus spirituellen Bereichen zu berichten hat oder keinen Kontakt mit seiner Seelegruppe spürt. Es ist Zeit, dass wir die Fähigkeiten in uns wecken, die es uns erlauben, die atemberaubenden Informationen, die Augenblick uns hereinbrechen, aufzunehmen und zu begreifen. Es ist klar, dass unser Verstand zunächst Schwierigkeiten weshalb? Weil unser als einzig wahrgenommene Realität demontiert wird. Es ist höchste Zeit herauszufinden, was diese Information für unsere Überleben und die Evolution der menschlichen Spitze zu bedeuten.

Die für unseren Planeten notwendige Heilung hängt von unserer Fähigkeit ab, sich für die Realität eines Lebens im Jenseits und für geistliche Dimension zu öffnen, die bereits in Kommunikation mit uns stehen und zu wissen, dass diese Dimensionen mit unseren eigenen Bewusstsein in Verbindung stehen.

Die Beantwortung der alltäglichen Frage danach, wie wir unser Leben leben und auf welche Weise wir der Welt dienen können, wird davon abhängen, wie aufnahmebereit wir für die Botschaften sind, die wir durch unsere Intuitionen und durch den Grund sieht durch Fügungen erhalten, die uns zur neuen Denkverhalten anlei-

ten. Das Muster der Evolution besteht darin, dass jedes Prinzip in demnächst höheren aufgeht.



Der jüngste Teil der Großhirnrinde des menschlichen Gehirns ist so immens, dass nur etwa 10 % gebraucht werden, und die zum Überleben notwendigen Angelegenheit zu regeln. Die Frage bleibt, was soll mit den hypothetischen restlichen 90 % geschehen? Die Agenda der Natur für einen

Erwachsenen besteht darin, den Prozess zu entdecken und eins mit ihm zu werden; eine Tätigkeit die den Rest seiner neuronalen Strukturen aktiviert.

Die Welt verändert sich mit rasender Geschwindigkeit. Veränderungen, die früher Tausende von Jahren in Anspruch nahmen, vollziehen sich jetzt in einem Jahrzehnt oder weniger. Die Beschleunigung findet auf allen Ebenen, in allen Kulturen und in allen Disziplinen statt und verursacht gewaltige Verschiebungen, Innovationen, Symptome und Resonanzen. Während Systeme zerfallen und sich neu strukturieren, reichen unsere Reaktion darauf von freudiger Erregung und Enthusiasmus bis zur Furcht und Verzweiflung.

Angespornt durch neue Erkenntnis oder persönliche Erfahrung ökologischen und sozialen Problemen denken wir daran, selbst dahingehend tätig zu werden. Meistens jedoch unternehmen wir nichts. Während der Lauf der Dinge sich immer mehr beschleunigt, versuchen wir, uns anzupassen und sorgen uns darum nicht Schritt halten zu können oder die Kontrolle über unsere Zukunft zu verlieren.



Überwältigt durch Arbeit und Verantwortungen können wir nur darauf hoffen, dass irgendjemand etwas unternommen wird. Die wirkliche Wurzel dieser Lähmung mag Verzweiflung sein, Hoffnungslosigkeit im Angesicht der Größe dieser Aufgabe.

Treten wir einen Schritt zurück und betrachten uns das größere Bild, so werden wir feststellen, dass die westli-

che Welt seit geraumer Zeit einen extrem materialistischen Weg in Handeln und Denken eingeschlagen hat. Vielleicht war dies der Teil des Weltenplans. Denn der Ultramaterialismus zwingt uns jetzt dazu, ein spirituelles Gleichgewicht zu finden. Solange wir den Sinn hinter unserem gegenwärtigen misslichen Lage erkennen können, werden wir vielleicht langsam und zur Furcht verlieren und fähig sein, den Kontakt mit unserer Originalversion aufzunehmen.

Wir sind die Hände, das Herzen und das Gehirn des evolutionären Prozesses. Als Diener der Lebensenergie muss jeder von uns in der Lage sein, die Original Intention seines Lebens zu erkennen, zu realisieren, auf welche Weise er zu dem evolutionären Prozess auf der Welt beisteuern will. Viele von uns haben vergessen, dass sie mit Träumen geboren worden sind. Wenn wir wenn wir uns in der Leere befinden und scheinbar nichts geschieht, müssen wir uns daran erinnern dass wenn Teil eines großen Ganzen sind unsere Aufgabe darin besteht aufzuwachen.

Jeder Handlung und jeder Gedanke sorgen für eine Rückkopplung zwischen unserer Aktion und den Bereichen, aus denen wir unsere Erfahrungen beziehen. Wenn sich genügend Menschen über einen längeren Zeitraum hinweg in denselben Bereich betätigen, stabilisieren sie seine Wirkung, indem Sie ein persönliches Anliegen zunächst auf eine soziale Ebene gehoben haben, von der es auf die gesamte menschliche Spezies übergreift und am Ende universell wird.

**D**ie meisten von uns im westlichen Kulturbereich haben gelernt, die Welt als eine Verflechtung unabhängig von uns existierender, äußerer Umstände zu begreifen, die uns zustoßen. Zum Beispiel neigen wir dazu Probleme wie Arbeitslosigkeit, Kriminalität, Umweltverschmutzung oder Krieg zu kategorisieren. Wir betrachten unsere Denk- und Verhaltensweise als die Ursachen findet diesen Tatsachen und empfinden uns Ihnen gegenüber der noch als getrennt und machtlos. Damit wir uns wieder als machtvoll empfinden können, ignorieren wir das Problem entweder oder leugnen, dass es existiert oder wir ergreifen Partei, so als könnten wir die fraglichen Ereignisse stoppen, indem wir die korrekte Meinung darüber haben. Und der Energiefluss von gleich gesinnten Menschen zu spüren und chaotischer Ende Umstände zu vereinfachen, beziehen wir polarisierte Position, indem wir uns als liberal konservativ ausgeben um nachdrücklich den Standpunkt vertreten, die Wahrheit liege einzig und allein in der einen bzw. anderen Einstellung.

Die Beschaffenheit unserer Gesellschaft wird sich mit steigender Geschwindigkeit auflösen weil Selbstsucht Gewalt und Niedertracht unsere Kommunen verrotten lassen. Die Fähigkeit, Impulse zu kontrollieren, bildet die Basis für Willen und Charakter. Auf der anderen Seite liegen die Wurzel des Altruismus im Mitgeföhls

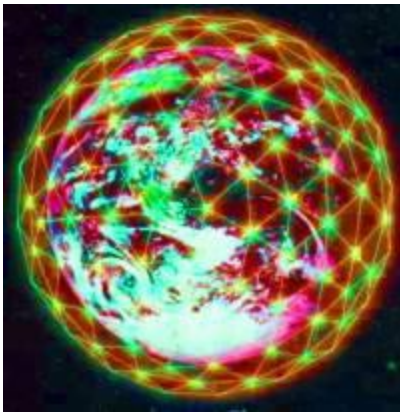
und der Bereitschaft, Gefühle in den anderen zu erkennen; wird die Not und Verzweiflung des andern nicht wahrgenommen, gibt es keine Fürsorge. Um welchen unserer Zeit einen moralischen Imperativ zu geben scheint, dann ist es der von Selbstbeherrschung und Mitgefühl.

## Die Weltvisionen

Das Bewusstsein ist zwanglos. Das Energiefeld, in dem wir leben und aus dem wir unsere Intention schöpfen, nennen wir Bewusstsein. Es ist der Schöpfer ebenso wie das nicht geschöpfte, das Feld der reinen Möglichkeiten. Ihre eigene Haltung kreiert die Weltsicht. Stellen Sie sich vor Sie wenn der Tropfen Wasser der einen Eimer Wasser zum Überlaufen bringt einen extrem riesigen Eimer.

Wenn sie sich nach innen kehren, um mit Ihrer Intuition in Kontakt zu treten, setzen Sie Ihre bewussten Gedanken nach außen hin fort.

## Wir befinden uns in einem Energiefeld



Wir bestehen aus derselben himmlischen, kreativen Energie wie Gott. Die große Religion bezeichneten diese Energie als die uns inwohnende Christus- oder Buddha-Natur. Die materielle Welt entspringt dieser ozeanischen Energie durch unsere kollektiven Gedanken und unseren Glauben. Durch alle Jahrhunderte hindurch wurde von den großen Meistern gelehrt, dass wir mit allem Leben in Verbindung stehen und dass jeden Lebewesen eine wichtige Rolle im Zusammenspiel

des Ganzen zukommt. Auf der Grundlage von Mustern und Beziehungen kommen die Prinzipien dieser uralten Philosophie die Quelle für den universellen göttlichen Plan. Nichts geschieht zufällig. Das Universum versorgt uns auf wundervollste Weise, wenn wir es nur zulassen.

## *Liebe ist die höchste aller Energieformen*

Eine alterslose Weisheit besagt, dass der Grund für die Existenz der menschlichen Rasse darin besteht, spirituell zu wachsen, in dem sie ihre Liebesfähigkeit erhöht. Bei der Liebe handelt sich nicht um einen mühselig auf die Realität gepropft, sentimentales Gefühl. Sie ist wunderbar Ausdruck eines individuellen Bewusstseins, das mit universellen Quellen Verbindung steht, dies ist die Frequenz der Liebe.



Die ewige Philosophie geht davon aus, dass wir wiedergeboren werden und in vielen Leben das gesamte Spektrum menschlichen Potenzials erfahren werden. Es stimmt, dass unser Leben oft nicht lange dauert. Und es stimmt ebenso, dass wir dieses Leben voll ausleben müssen. Sobald Sie ihren Zweck in diesem Leben erfüllt haben, werden sie gehen. Und ja, aller Wahrscheinlichkeit nach werden Sie die Chance bekommen, es beim nächsten Mal anders zu machen.

In der spirituellen Dimension existiert keine Dualität. Es gibt eine Quelle --Gott-, und diese Quelle ist ausschließlich gut. Es gibt nichts Weiteres, nichts Gleiches und keine Quelle des Bösen.

Auf der Erde jedoch sind wir in der Dualität gefangen -in Paaren von Gegensätzen wie Gut und Böse, hell und dunkel, männlich und weiblich, alt und neu. Mit unserer Geburt in dieser Welt haben wir uns von der Quelle abgeschnitten. Unser Ziel besteht darin, uns an unserer Quelle zu erinnern und wieder Kontakt mit ihr aufzunehmen.



Innerhalb der Dualität bestehen wir als Individuum sind aber doch Teil der gesamten Menschheit. Unsere Körper leben und Sterben in Zeit und Raum, doch unser Bewusstsein ist unsterblich. Auf der Erde zu leben bedeutet, sich mit Gegensätzen auseinanderzusetzen Entscheidungen zu treffen. Das Böse entsteht im gleichen Maße, wie sich ein Individuum gegen Liebe, Mitgefühl und Dienst am andern entscheidet.

## ***Übungen zur Stärkung und Kräftigung der Intentionen:***

**Der Erste Schritt ist die Klärung des Bildes**

**Am Morgen nach dem Aufstehen, oder wenn Ihnen eine ungewöhnlich wichtige Entscheidung oder Begehung vorstellt, schreiben Sie Ihre Intention auf einer Karteikarte nieder. Kehren Sie Ihre Aufmerksamkeit für einen Augenblick nach innen.**

- **Halten Sie die Welt an. Nehmen sich einen Augenblick Zeit, um ihren Verstand zu beruhigen schließen Sie die Augen und schauen Sie nach innen.**
- **Verlangsamten Sie Ihr Tempo und sammeln Sie Energie. Folgen Sie für ein oder 2 Minuten ihren eigenen Atem.**
- **Klären Sie das Bild. Fragen Sie sich: mit welchen Erwartungen verbinde ich das bevorstehende Ereignis?**
- **Laden Sie das Bild mit Energie auf. Schreiben Sie nieder was ihnen an positiven Erwartungen oder Hoffnungen in den Sinn kommt.**
- **Fragen Sie. Schreiben Sie die Frage nieder die Ihnen in den Sinn kommt. Zum Beispiel: Wie soll ich mein Vorschlag heute präsentieren oder soll ich dieses Haus wirklich kaufen oder soll ich diesen Kurs belegen.**

**Der zweite Schritt ist es das Ziel zu schaffen und es loslassen.**

- **Absicht. Als nächstes kommen Sie Ihre Frage zu einer positiven Erklärung, in welcher Sie das gewünschte Ziel bereits erreicht haben. Zum Beispiel könnte die erste Frage in der Gegenwartsform formuliert werden. Mein Vorschlag schafft die perfekte Grundlage für weiteres Wachstum oder ich lebe in dem für mich im Augenblick perfekten Haus.**
- **Loslassen. Spüren Sie für einen Augenblick, wie Sie alle Zweifel ziehen lassen. Lassen Sie los und überlassen Sie dem Universum die Einzelheiten. Erwarteten Sie nicht einen göttlichen bestimmten Ausgang ihrer Bemühungen; Vertrauen Sie aber der göttlichen Fügung, die für das Gute arbeitet, dessen sie sich vielleicht noch nicht richtig bewusst sind.**



**Der Dritte Schritt ist zu erkennen was Ihnen das Universum vorschlägt**

- **Empfangen.** Wenn Sie die Aufmerksamkeit für sublimale Anzeichen und Botschaften, die Ihnen täglich den Weg weisen.
- **Aufladen.** Fokussieren Sie sich auf Ihre Erklärung und ein Bild von sich selbst, wie Sie das gewünschte erreicht haben.

**Der Vierte Schritt ist zu erkennen dass Dankbarkeit für Offenheit sorgt.**

- **Verleihen Sie Ihrer Dankbarkeit Ausdruck.** Jedes Mal, wenn Ihnen ein Segen zuteilwird sei's einen Sitzplatz in der U-Bahn, das Finden eines Geldstückes oder das Lächeln eines Unbekannten sollten Sie ein Dankesgebet sprechen. Dankbarkeit hilft Ihnen dabei, Ihre Intention mit Energie aufzuladen.

**Wir schlagen vor dass Sie ein Tagebuch führen, um ihre Intention zu aktivieren und ihre Erfahrung damit aufzuzeichnen. Es wird ihm ebenfalls dabei behilflich sein, auftretende Synchronizitäten zu erkennen und deren Bedeutung zu verstehen. Da Synchronizitäten die Eigenschaft haben, gehäuft aufzutreten, wird Ihnen das Tagebuch ebenfalls ein nützliches Werkzeug bei der Arbeit der erweiterten Erkenntnis der Intuitionen weiterhelfen.**

## Kapitel 22: Die Macht und Wirkung unserer Gefühle

Zunächst müssen wir zwischen Gefühlen und Emotionen unterscheiden. Gefühle dringen über unsere Sinne in unseren Körper ein und rufen dort eine neuronale Reaktion hervor. Dank unseres Bewusstseins wissen und erkennen wir diese Erregung aus unserer Erinnerung und empfinden ein Gefühl der Trauer, der Freude, der Liebe und so weiter. Das Wort fühlen ist deshalb mit dem Wort Gefühl verbunden.



In dem Wort Emotion steckt das lateinische *movere*, was bewegen bedeutet. Eine Emotion bewegt etwas in uns und möchte etwas bewegen und verändern. Deshalb kann man Emotion mit Gemütsbewegung gleichsetzen, um es vom Gefühl zu unterscheiden. Wir fühlen, schmecken oder sehen etwas, das Bewusstsein lässt uns dieses Gefühl erkennen und entscheidet über die Qualität

des Ereignisses. Ob es schmerzhaft, angenehm ist, wie wir es empfinden. In Sekundenbruchteilen erinnern wir uns, was dieses Gefühl das letzte Mal bewirkt hat und eine Emotion, eine Bewegung des Gemütes, also des Geistes, entsteht in uns. Wir empfinden dann Freude oder Leid, Trauer oder Glück. Dieses Empfinden veranlasst uns zu einer Reaktion. Wir wollen Trauer und Leid meiden, Freude und Glück suchen. Deshalb müssen wir unser Verhalten ändern, um das Gewünschte zu erreichen, oder das Schmerzhaftes zu vermeiden. Unser Geist ist einem ständigen Fluss neuraler Einflüsse und mentaler Prozesse unterworfen. Dauern kommen über unsere Sinne neue Informationen in unseren Körper, die er verarbeitet, kontrolliert und sortiert. Untrennbar ist er mit den Erfahrungen der Sinne verbunden und von der Welt, die ihn umgibt, geprägt. Mit Hilfe dieser Erfahrungen erzeugt der Geist Vorstellungen und Konzepte. So haben wir uns viele verschiedene Vorstellungen geschaffen, die uns zu unseren Handlungen veranlassen.

Bewusst oder unbewusst wählen wir uns ein Konzept aus und führen es dann aus. Nützliche Handlungen sind auf nützliche Konzepte angewiesen, schädliche Handlungen beruhen auf schädlichen!

**Unser Geist ist über das Gefühl mit dem Bewusstsein verbunden!**



**V**iele Gefühle sind vorhanden, ohne dass wir sie wahrnehmen. Dadurch werden wir uns auch ihres Einflusses nicht bewusst. Man weiß heute durch Untersuchungen, dass neuronale Impulse schon ablaufen, bevor ein Ereignis geschieht. Bevor zum Beispiel eine Tasse herunterfällt, läuft schon der Impuls des Auffangens in unserem Gehirn ab. Bevor also die Erregung unserer Sinne eintritt, ist schon das Gefühl dafür vorhanden und entfaltet seinen biologischen Prozess. Wir sind uns des Auslösers unserer Gefühle und dadurch unserer Emotionen oft nicht bewusst und können sie deshalb auch nicht kontrollieren. Erst wenn wir unsere Aufmerksamkeit bewusst auf unsere Emotionen richten, können wir sie erkennen und dann vielleicht auch ändern, wenn sie schädlich sind. Mit Hilfe der Meditation können wir lernen, unsere Gedanken und Vorstellungen zu erkennen und dann die Kontrolle darüber zu gewinnen. Da unsere Emotionen eine Veränderung im chemischen Milieu unseres Körpers hervorruft, können wir dadurch unseren Körperzustand verändern. So Entscheiden unser Geist und unsere Gefühle darüber, ob wir gesund oder krank sind. Normalerweise entstehen Gefühle spontan in uns und sind uns nicht bewusst. Sie rufen dann in unserem Körper eine Kaskade von physiologischen und psychologischen Erregungen hervor. Die gleichen Erregungen werden auch hervorgerufen, wenn wir uns Gefühle willkürlich vorstellen. Ein bewusstes Lächeln ruft dieselbe Ausschüttung von Hormonen und Neurotransmittern hervor, wie ein spontanes unbewusstes Lächeln. Gefühle dienen dem Selbsterhaltungstrieb und der Evolution des Organismus, indem sie seine innere Funktion regulieren. Das Bewusstsein macht die Gefühle der Erkenntnis zugänglich. So ist der Körper über die Gefühle mit dem Bewusstsein verbunden.

### **Zusammenfassend sind Gefühle:**

Chemische Reaktionen in den Neuronen und Nervenbahnen, die dem Organismus helfen am Leben zu bleiben. Sie dienen der Evolution des Menschen und sind von den Gehirnstrukturen abhängig. Sie regulieren Körperzustände. Laufen automa-

tisch und unbewusst ab. Der Körper folgt in seiner Gesamtheit den Gefühlen. Das innere Milieu, Verdauung, Bewegungsapparat und Gehirn, die Gedanken, alles wird von ihnen beeinflusst.

### **Wir können verschiedene Emotionen unterscheiden:**

#### 1. Eine Basisemotion:

Sie ist so extrem schmerzhaft, oder wirkt so früh auf unseren Organismus ein, dass sie unter Umgehung der Bewusstwerdung direkt in unserem Unbewussten gespeichert wird.

#### 2. Hintergrundemotionen:

Sie finden im Hintergrund statt. Unsere lebensnotwendigen Regulationen im Körper werden durch Hintergrundemotionen ausgeführt. Sie ermöglichen uns Anspannung, Entspannung, Tatkraft oder Erschöpfung, Unbehagen, Vorfreude etc. zu empfinden. Sie entsprechen einer dauernden Ausschüttung von Neurotransmittern. Sie beeinflussen den körperlichen Zustand.

#### 3. Bewusste Emotionen:

Wir nehmen unsere Emotionen wahr und können sie damit auch beeinflussen. Dadurch können wir auch über den Zustand unseres Körpers unterscheiden.

Emotionen sind stammesgeschichtlich sehr alt. Sie regulieren den Stoffwechsel, aber sie lassen uns auch Schmerz und Lust empfinden, genauso wie sie uns höhere Denkprozesse ermöglichen. Sie halten das Gleichgewicht im Körper aufrecht und garantieren seine Unversehrtheit. Sie veranlassen uns nach einer Quelle zu suchen, die uns Energie, Schutz und Sex verspricht. Sie sind eng verknüpft mit der Idee von Belohnung und Bestrafung, Lust und Schmerz, Annäherung und Vermeidung, Vorteil und Nachteil.

Emotionen sind bei allen Lebewesen vorhanden!

Emotionen wirken auf den Geist ein und stellen so die Verbindung zum Bewusstsein dar. Das Bewusstsein macht die Gefühle der Erkenntnis zugänglich und unterstützt damit die Wirkung. Die Reaktion im Körper läuft immer unabhängig von der Erkenntnis gleich ab. Die Emotion entscheidet zusammen mit dem Bewusstsein über das Überleben des Körpers und seinen Zustand.

### **Emotionen können auf zwei Arten entstehen:**

1. Ein Reiz trifft auf ein Sinnesorgan: Ich sehe einen Freund und freue mich

2. Aus dem Speicher meines Gehirnes wird eine Erinnerung abgerufen: Ich denk an einen Freund und freue mich.

Die Reaktion im Körper ist immer dieselbe! Dies bedeutet die Chance, meine Emotionen zu steuern und damit auch direkten Einfluss auf den Körper zu nehmen. Allerdings werden bei gleichen Emotionen bei verschiedenen Personen verschiedene Reaktionen ausgelöst. Sie sind abhängig von der Konditionierung und der Erfahrung in unserer frühesten Kindheit. Alles, seien es Objekte, Menschen oder Tiere, können emotional verschieden besetzt werden. Dadurch wird dann auch unser persönliches Weltbild geprägt und wie man sich darin verhält.

### **Die Welt ist ein Spiegel meiner selbst!**

Wenn uns dies bewusst wird und wir das Spiel unserer Emotionen kennen, dann können wir planen und überlegen, was wir mit ihnen machen. Unbewusste Emotionen haben dieselbe Wirkung wie bewusste, nur sind sie nicht steuerbar. Solange die Emotion unbewusst bleibt, sind wir ihr und damit ihrer Wirkung hilflos ausgeliefert. Wir haben uns an Angst und Unterdrückung, Krankheit und Tod gewöhnt, die zerstörenden Reaktionen in unserem Körper laufen ab, ohne dass wir eingreifen können,



**ÜBER ALLEN GESETZEN STEHT  
LIEBE – LICHT:**

**BEDINGUNGSLOSE LIEBE = DAS GÖTTLICH – WEIBLICHE,  
DIE IMMERWÄHRENDE, ALLGEGENWÄRTIGE GNADE, DAS “JA” ZU AL-  
LEM,**

**DAS UNBEDINGTE ANNEHMEN, DAS ALLE GESETZE TRANSEN-  
DIERT, UND**

**LICHT = DAS GÖTTLICH – MÄNNLICHE,  
DAS STRUKTUR, ORDNUNG UND GESETZMÄSSIGKEIT IST.**

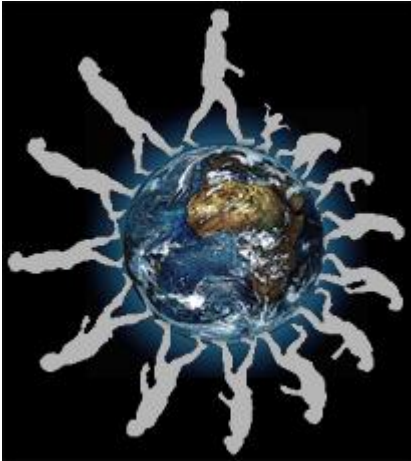
**BEIDES BEWIRKT DIESES WUNDERBARE LIEBENDE UNIVER-  
SUM,**

**IN DEM JEDES GESCHÖPF EINEN FREIEN WILLEN HABEN DARF  
UND BEDINGUNGSLOS ANGENOMMEN WIRD,  
SO WIE ES IST.**

## Kapitel 23: Die Spirituelle Evolution

Wo stehen wir, wenn wir die Erkenntnisse der modernen Wissenschaft und den Gedanken der Evolution konsequent auf die Spiritualität anwenden? Ist Gott nichts anderes als das sich entwickelnde Universum, welches durch uns zu sich selbst erwacht?

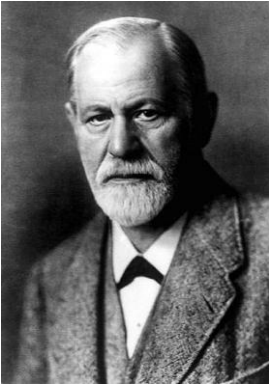
### Die evolutionäre Revolution



Es scheint, dass alles mit Darwin angefangen hat. Wenn man die feineren Details seiner biologischen Revolution elegant überspringt, kann man das, was Darwin im Wesentlichen getan hat, auf den folgenden Punkt bringen: Er hat aufgezeigt, dass die Evolution ihre eigenen inneren Kräfte hat, die nicht von einem externen Element überwacht und geregelt werden müssen. Diese inneren Kräfte, können wir weiterhin folgern, sind zudem jene, die auch das deutlich komplexere menschliche Wesen geformt

haben - ein Wesen, das in der Lage ist, den gesamten evolutionären Prozess zu betrachten und zu hinterfragen. Nach Darwin ist sogar der Mensch, der sonst aus irgendeinem Grund als vom restlichen Prozess der Materie abgehoben betrachtet wurde - da er im Besonderen von einer göttlichen oder spirituellen Quelle abstammen sollte -, Teil eines organischen Prozesses ständigen Wachstums. Der auf tragische Weise missverstandene Nietzsche war einer der Ersten, der das Ausmaß der evolutionären Revolution in Bezug auf ihre psychologischen und philosophischen Auswirkungen begriffen hat. Sein Versuch, den neuen Weg einer gottlosen psycho-spirituellen Evolution zu skizzieren war in der Tat kühn, experimentell und recht strittig; dennoch sind Spuren davon in unserer weltlichen Kultur bis heute offenkundig vorhanden - teil bewusst, viel mehr aber noch unbewusst.

Während das 19. Jahrhundert als Gebärmutter diente, in dem das neue Exempel heranwuchs, wurde zu Beginn des 20. Jahrhunderts eine neue Weltansicht geboren. Im Anschluss an das biologische Erdbeben wurden andere wissenschaftliche Fel-



der von Entdeckungen durchdrungen, die sich damit deckten. Freud hat sprachgewandt die inneren Kräfte des Geistes aufgezeigt, welche die menschliche Psyche antreiben. Nach Freud haben diese Kräfte des Projizierens und Unterdrückens, des Begehrens und Verheimlichens endlich die Stelle der dämonischen und engelhaften Gestalten eingenommen, mit denen Menschen in der vor-modernen Vergangenheit zu kämpfen glaubten. Die Psyche wurde endlich als eine innere Dynamik erkannt, die nur durch das Verhältnis des Menschen zu sich selbst gelöst werden kann.



Fast gleichzeitig hat Einstein es in der Physik und Kosmologie endlich gewagt, jenen Schritt zu machen, an den sich seine Vorgänger herangetastet haben: Er verabschiedete sich von absolutem Raum und absoluter Zeit und befreite das Universum so von absoluten Elementen, die es über Äonen hinweg gefangen gehalten hatten, und enthüllte so eine relative innere Aktivität, die unabhängig von äußeren Faktoren ist. Ohne es zu wollen, und sogar entgegen seiner eigenen Wahrnehmung, an der er stur festhielt, führte er den Aufstieg der Quantenphysik herbei. Diese verstörende Lawine an Entdeckungen enthüllte die Heisenberg'sche Unschärferelation und, schlimmer noch, die verblüffende "Verwandtschaft" zwischen dem Beobachter und dem beobachteten Universum. Einsteins relative Physik, Heisenbergs Mathematik der Unsicherheit und Gödels philosophische Unvollständigkeit haben zum Ausbau eines subjektiven, nicht-absoluten Kosmos beigetragen.

Eine weitere Linie wissenschaftlichen Denkens fing an, sich durch die Ehrfurcht gebietende Arbeit der Vertreter einer 'spirituellen Evolution' zu entfalten, die die biologischen Elemente mit Geist füllten. Die sich ewig aus sich selbst heraus formende Materie wurde als Bewegung des Geistes begriffen, die danach strebt, eine immer größer werdende Komplexität zu erreichen, um eines Tages an einen 'Omega-Punkt' zu kommen; einen Punkt, an dem eine völlige Umwandlung in das Spirituelle erfolgen würde, was wiederum den verborgenen Antrieb der Evolution ausmacht.



Diese Theorie spiritueller Evolution hat der Evolution der Materie nicht nur einen tieferen Wert gegeben, sondern hat auch den scheinbar blinden Kräften der Evolution eine Richtung und höhere Bedeutung gegeben.

### **Vom Absoluten zum Relativen**



Nietzsches Spuren zeigen sich ebenfalls in den Strömungen des Postmodernismus und Relativismus im 20. Jahrhundert. Der Postmodernismus, die scharfe Reaktion auf wissenschaftliche und objektive Bemühungen, die Realität zu erklären, hat auf recht brillante Weise nahegelegt, dass die Realität lediglich konstruiert wird, während der Verstand seine eigene Realität zu begreifen versucht. Daraus folgt, dass die Realität nur dadurch entsteht, dass wir interpretieren, was die Welt für uns individuell bedeutet. Diese Fehlbarkeit jeder definitiven 'Realität' wird vom Relativismus weiter gestützt, der alle absoluten Wahrheiten umstülpt und behauptet, dass die Wahrheit immer relativ zu einem spezifischen Bezugsrahmen ist.

Hinzu kommen die unerhörten philosophischen und wissenschaftlichen Verschiebungen, die in unsere Kultur und in unseren persönlichen Geist eingedrungen sind: die zwei Weltkriege, die stürmische Rebellion der 60er, die eindrucksvollen Triumphe der Menschenrechtsbewegung, die zunehmende Bedeutung und Verbreitung von Redefreiheit und individueller Weltsicht und das Zerbröckeln aller Autoritätsfiguren, von den Eltern bis zu den Journalisten (die dank des Internets nicht mehr als exklusive Botschafter 'objektiver' Informationen gelten).

All diese kulturellen Einflüsse machen in ihrer Essenz ein und dieselbe Revolution in der menschlichen Gedankenwelt aus, eine Revolution, die aus zwei miteinander verwobenen gigantischen Vorwärtssprüngen besteht: Das Universum hat sich als innere Dynamik gezeigt, die keinerlei externe ordnende Präsenz benötigt - es ist nun eine sich selbst generierende, sich selbst erhaltende Dynamik. Und aus dem impliziten und unvermeidlichen Zerbrechen des allergrößten Absoluten - des ex-

ternen Gottes - heraus sind alle kleineren Absolute zu Staub zerfallen: Zeit, Raum, die Objektivität des Universums, die externen Kräfte, welche die menschliche Psyche zu formen scheinen, der Geist an sich (getrennt von der Materie), Wahrheit und Autorität.

### **Wandel grundlegender Rahmenbedingungen?**

**S**ollte dieser Umsturz in irgendeiner Weise unsere Spiritualität beeinträchtigen? Über tausende von Jahren war der fundamentalste Grundgedanke der Spiritualität eben jene Überzeugung, dass die Bereiche des Geistes (und daher auch spirituelle Erkenntnisse) ihrem Wesen nach ewig und unbeeinflusst von den Veränderungen und Umbrüchen sein müssten, die im Laufe der Zeit geschehen. Natürlich ist dies ein starkes Argument. Aber sollten wir angesichts des neuen Universums, das zum Vorschein kommt, dieses Bekenntnis nicht dennoch in Frage stellen - zumindest als Teil eines Gedankenexperiments? Vielleicht es Zeit für einen Wandel grundlegender Rahmenbedingungen in der westlichen Spiritualität, die der Ausbreitung dekonstruktiver Elemente erlaubt, uns in einen nicht-absoluten evolutionären Prozess hinein zu tragen. Aus irgendeinem Grund nehmen wir an, dass eine Spiritualität, die nichts über die Kosmologie des 20. Jahrhunderts wusste - das sich stetig ausdehnende Universum mit seinem mehr als hundertsechzig Milliarden Galaxien -, friedlich in das 21. Jahrhundert eintreten und dann noch vollkommene Relevanz einfordern kann.

**W**ir müssen also überlegen: Braucht unsere Spiritualität womöglich ein Update, wenn wir die erstaunlichen Entdeckungen über das Wesen des Universums und des Planeten Erde mit seinen menschlichen Bewohnern bedenken? Wie kann der Gedanke der Evolution, der sämtliche westlichen Gedankenstrukturen bis ins Mark erschüttert hat, unserer Spiritualität eine neue Form geben? Was passiert, wenn wir spirituelle Erkenntnisse in einen sich stetig entfaltenden evolutionären Kontext bringen? Könnte das Resultat nicht eine völlige Umkehrung der Interpretation dessen sein, was Spiritualität wirklich bedeutet?

## *Der werdende Gott*

Wenn wir gestatten, dass alles Absolute und alle Konstanten im Bereich des Spirituellen zerfallen, kann das Göttliche nicht mehr unbeteiligt und neutral außerhalb des Universums schweben. Stattdessen verwandelt es sich in eine sich entwickelnde und ausdehnende Göttlichkeit, die in sich vollständig und dennoch unvollständig ist und in gewisser Weise auf das Werden des Universums angewiesen ist, weil darin ihr eigenes Werden besteht.



Dies führt zu einer vollkommen anderen, viel komplexeren Absolute Unwissenheit: Wenn es wirklich nur eins ist, kann es nur ein Universum und eine Gottheit geben; wenn wir annehmen, dass Gott außen steht und unbeteiligt ist, ist dies eine duale Wahrnehmung, und daraus folgt, dass das werdende Universum faktisch der werdende Gott ist. Wenn das Universum sich stetig ausdehnt, bedeutet dies notwendig, dass Gott sich stetig ausdehnt, und wenn das menschliche Bewusstsein sich entwickelt, bedeutet dies, dass Gottes Bewusstsein sich entwickelt. Gott wartet nicht irgendwo am Ende des Wegs auf uns, sondern entfaltet sich unermüdlich als beschleunigender Kosmos und sprudelt als dunkle Materie, Atome und Moleküle hervor, um über seinen eigenen ursprünglichen Zustand hinauszugehen.

Je nach Betrachter folgen daraus entweder Furcht erweckende oder ermutigende Schlüsse: Da die unendliche, sich stetig entfaltende Evolution das Göttliche selbst ist, gibt es keinen spirituellen Grund mehr für die Hoffnung, jemals an einen anderen Ort zu gelangen; wir werden nicht zum Herrn 'zurückkehren' oder uns ins Nirwana auflösen, da Gott selbst nicht zu seinem ursprünglichen, formlosen Zustand zurückkehren will.



Es gibt keine zwei verschiedenen Ebenen der Realität, eine relative und eine absolute Ebene, und mit diesem Verständnis kann die uralte Spaltung zwischen Materie und Geist aussterben. Auf diese Weise könnte eine westliche Spiritualität ihre eigene komplexe Nicht-Dualität entwickeln, welche die Evolution und das sich verändernde Universum in das Göttliche integriert. Diese Art von Absoluter Unwissenheit könnte die westliche Tendenz zu einer Welt der Entwicklung mit dem ewigen Puls spiritueller Sehnsucht vereinen. Die vor-moderne Vorstellung, die behauptet, dass die 'relative' und 'zeitgebundene' Welt angesichts der göttlichen Transzendenz in die Bedeutungslosigkeit hinein verblasst, würde durch eine tiefgründige Heiligung des werdenden Universums ersetzt. Auf einmal erscheint eine Spiritualität plausibel, die allein auf dem sichtbaren Universum basiert - auf diese Weise würde eine subtile, aber quälende Spaltung, die viele westliche spirituelle Anwärter empfinden, ein Ende finden.

**Bewusstsein und Materie sind (wirklich) eins**

Wenn wir das vorherige Gedankenexperiment weiterführen, können wir zudem mutig fragen, ob unsere spirituellen Kapazitäten organisch aus der Darwin'schen Evolution hervorgegangen sind. Wenn die biologische Evolution korrekt ist, bedeutet dies, dass wir Menschen uns nicht von anderen Prozessen unterschei-



den, da wir so betrachtet nicht mehr besondere Wesen sind, die vom Himmel in die materielle Welt hinein gefallen sind. Ohne einen göttlichen Ursprung des Menschen könnte das bedeuten, dass unser Bewusstsein - und zwar selbst seine spirituell entwickelten Schichten - aus der Materie heraus entstanden sind, ganz wie eine Blume oder ein Baum. Genau wie die Kapazität des eigenen Bewusstseins aus Physik, Chemie und Biologie hervorging, wäre das auch mit der Seele geschehen, gilt dies auch für die Chakren, die feinstofflichen Lagen des Bewusstseins und vielleicht sogar für die Reinkarnation.

Spiritualität in diesem Zusammenhang ist die sich Fähigkeit des Universums zu höherer Erkenntnis, und wir Menschen sind nichts anderes, als bewusste Ausläufer des Kosmos - sein erwachender Geist.

Dies ist ein neuer evolutionärer Kontext, in dem das göttliche Selbst zunehmend aus der Materie hervorleuchtet, als Teil eines großartigen, allmählichen Prozesses des Werdens. Erleuchtet werden bedeutet dann, zu einem Teil der Materie zu werden, der es geschafft hat, die Fähigkeit universeller Wahrnehmung zu entwickeln, als hätte das gesamte Universum ein riesiges Auge im Geist eines Einzelnen geöffnet. Mehr noch, Erleuchtung ist in diesem Bezugsrahmen eine materielle Umwandlung, genau wie Jiddu Krishnamurti postuliert hat, und so werden wir in der Zukunft vielleicht in der Lage sein, den Erleuchtungsprozess zu entmystifizieren, genau wie die Wissenschaft es geschafft hat, Gewitter zu erklären, die einst als Spiel wütender Götter gesehen wurden.

### **Die Ausdehnung der menschlichen Erfahrung**

**W**as sind mögliche Konsequenzen aus diesem Wandel von grundlegenden Rahmenbedingungen? Offensichtlich ist es so, dass wir als Menschheit erkennen können, dass wir aus der Abhängigkeit von einer göttlichen Umarmung herausgewachsen sind, da die Evolution uns von dem Bedürfnis befreit, uns auf ein richtungweisendes externes Wesen zu stützen. Wir können den imaginären vormodernen Teilen unserer Spiritualität entsagen, welche eine Abhängigkeit von Kräften jenseits der Schöpfung schaffen. Ein für alle Mal können wir uns von Aberglauben befreien, wie dem, dass hinter menschengemachten Katastrophen ein göttlicher Wille steckt; es wird klar wie das Tageslicht selbst sein, dass alle menschlichen Handlungen das Resultat von Entwicklungsstufen sind, und nicht das Handwerk eines unsichtbaren Puppenspielers.

Indem wir dem externen Gott erlauben zu sterben - und als Resultat still zusehen, wie religiöse Erzählungen und Mythologien, moralische Werte und Hemmnisse

ebenfalls sterben - bleibt nur noch das göttliche Selbst, das aus dem Inneren der Evolution aufsteigt, die alten Vorstellungen von Wahrheit abstaubt und Wahrheit und Bedeutung undefiniert. Ohne göttliche Gnade erwartet uns eine tiefgehende Reifung, da wir begreifen, dass es nur noch uns gibt, und keinen Grund, zu warten und zu hoffen. Wir sind die Quelle aller Gnade und Segnung, und aufgrund dieser totalen Verantwortung wird offensichtlich, dass 2012 bedeutet, dass wir uns Schicksal in die eigenen Hände nehmen. Wir sind 2012!



Die Ausdehnung des Bewusstseins in einem evolutionären Kontext bedeutet kein Vermeiden der menschlichen Erfahrung, sondern die Ausdehnung der menschlichen Erfahrung an sich. Jetzt wo das Bewusstsein nicht mehr als Ruhepunkt dienen muss, oder als schwierige Form der Flucht, verwandelt es sich in eine gewaltige

Kraft, die der weiteren menschlichen Entwicklung dient. Es wird als der Schlüssel enthüllt, der Materie und Geist verbinden und uns in unserer Suche nach neuen Lösungen für unsere vielen kollektiven Dilemmata und Krisen erstaunlich bestärken kann. In dem Moment, in dem das Bewusstsein nicht mehr als mystischer Bezugspunkt gesehen wird, der persönlicher Selbstbeobachtung dient, sondern als evolutionäres Werkzeug, wird die Menschheit erkennen, dass das Bewusstsein die primäre und unerschöpfliche Ressource dieses Planeten ist.

Und wenn spirituelle Offenbarungen nicht mehr ewig und neutral im Außen stehen und in die aktive Welt eindringen, wird sogar Erleuchtung als die Schöpfung neuer menschlicher Formen gesehen werden, die Weiterführung der Evolution, die weitere Entwicklungen inspiriert. Letztlich gibt es nicht zwei unterschiedliche Evolutionen, und daher ist jede persönliche Erleuchtung nichts anderes als ein weiterer Schritt im allgemeinen Prozess menschlichen Wachstums. Erleuchtung wird so nicht mehr als das Versprechen eines Punktes ewig wählender Ruhe verstanden, sondern als Zeichen der gegenwärtigen Grenze unseres Bewusstseins, die eines Tages ebenfalls durchbrochen werden wird und so neue Horizonte unendlicher Möglichkeiten eröffnet.

## Kapitel 24: Was ist Spiritualität

**Wenn Du nicht weißt, was Spiritualität ist, kannst Du dich noch an das letzte Mal erinnern, als Du verliebt warst?**

**Die Liebe, die wir einander zeigen, spiegelt die Liebe der Seele zu Gott wieder**

Unser Gleichgewicht hängt von der Erkenntnis ab, dass wir Menschen kein einzelnes Individuum sind, sondern eine kollektive Gemeinschaft bilden. Wir Menschen sind von jeher mit unserem Geist an das allumfassende Feld gebunden und somit miteinander verbunden. Wir alle haben einen Körper, der den sichtbaren, irdischen Teil unseres Seins darstellt, der eigentliche Wesensteil des Menschen jedoch ist sein lichtvoller Geist.

Spiritualität ist die Fähigkeit, unsere eigenen Kräfte zu nutzen. Unsere eigene innewohnende Kraft, unsere Liebe zu erkennen und in Liebe zu leben, die Verantwortung für das eigene Leben zu übernehmen und in Kontakt mit uns selbst, dem Göttlichen in uns zu kommen, zum inneren Frieden zu gelangen. Wir leben in einer inneren Trennung zwischen Bewusstsein und Unbewusstsein. Hierbei hat das Unbewusste die Rolle der Führung übernommen. Ziel der Bewusstwerdung ist es, die Führung wieder selbst zu übernehmen, bewusst zu handeln und zu denken, selbstverantwortlich und schöpferisch durchs Leben zu gehen, unsere in unserer Seele wohnende Liebe als Geschenk anzunehmen, die verbunden ist mit der ganzen Schöpfung. Wir müssen die Liebe nicht suchen, denn sie ist in uns. Im Geist sind wir. Doch sind wir ständig auf der Suche im Außen und versuchen jemanden anzuziehen, den Partner oder gar Seelenpartner zu finden, der uns schließlich die Liebe und Bestätigung zuteilwerden lässt, nach der wir uns so sehr sehnen. Jedoch beginnt diese Suche in uns Selbst, wo durch ein ruhiges Beobachten im Inneren der Frieden in uns geweckt wird.



Liebe kann uns von niemandem gegeben werden, sie wartet darauf empfangen zu werden. Liebe ist keine Laune, ist kein Gefühl, LIEBE ist ein SEINZUSTAND.

Sie ist eine Erfahrung, eine Erfahrung des Eins seins mit allem was ist, der gesamten Schöpfung.

**S**obald wir uns selbst ganz klar sind, wenn wir uns selbst ein Licht sind, werden wir begreifen, dass wir VOLLKOMMEN sind, vollkommen liebenswert. Mit diesem Moment fallen alle Ängste vor Ablehnung, Verlassen sein und Verletzlichkeit von uns ab. Mit diesem Moment können wir das ängstliche Gefühl, das sich bei uns die Liebe vielleicht nie einstellt, wir keine Liebe verdienen oder wir nicht attraktiv oder klug genug sind loslassen.

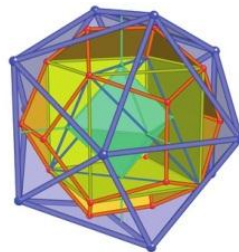


Die Liebe in uns zu entdecken, uns selbst wieder zu erkennen, im Herzen zu fühlen das wir mit allem Verbunden sind, EINS sind, ist der Erfahrungsweg der Spiritualität. Die Entwicklung der Spiritualität, ist ein Prozess des Loslassens und Opfern. Ein Prozess, der alles aufdeckt und uns notwendigerweise alles sehen lässt, wovon wir uns abgewandt haben, über das wir uns hinweg gehoben haben, oder das wir irgendwie anderweitig in uns selbst vermieden haben.

Was auch immer unerlöst oder unvergeben in uns verborgen liegt, was immer geächtet oder verurteilt in irgendeiner Ecke unserer Psyche liegt, was immer in uns im Dunkeln gehalten wurde und wird - alles wird an die Oberfläche kommen, wenn wir uns wirklich spirituell öffnen

Dies und die Tatsache, dass echte spirituelle Praxis nicht umhin kommt, alles zum Vorschein zu bringen, ist der Grund, warum so wenige ihren Weg bis in die höheren Ebenen der Spiritualität fortsetzen.

**J**EDER Mensch ist Spirituell. Es gibt keinen Menschen, der spiritueller ist als ein anderer. Es gibt nur Menschen, die in ihrer Bewusstwerdung vorangegangen sind und damit einen höheren Bewusstseinsstand, eine andere Sichtweise der Dinge haben. Spirituell ist eine subjektive, nicht messbare Eigenschaft und daher lässt sie sich schwer in objektive Worte fassen.



Ein Mensch kann nicht nach dem Grad seiner Spiritualität eingestuft oder beurteilt werden, weil es sich bei spirituellen Erfahrungen vornehmlich um Erfahrungen im eigenen Inneren handelt, Erfahrungen mit der eigenen Seele, die im Außen weder nachweisbar noch nachvollziehbar sind.



Es ist auch vollkommen egal, ob wir uns als spirituell empfinden oder nicht, es spielt keine Rolle. Wichtig ist, was ich SEIN will, was ich erfahren will und wie ich leben möchte. Ich bin, wozu ich mich entscheide.

Es ist nicht Ziel im Paradies zu leben, denn wir leben im Paradies und wir leben in der Dualität und Symmetrie. Dualität im Außen hilft uns Frieden mit der inneren Dualität zu schließen, zwischen der Dunkel- und der Lichtseite in uns. Das heißt, in Einklang, Harmonie und Gleichgewicht mit mir Selbst und der Welt in der ich lebe zu sein. Wir stehen mit beiden Beinen auf der Erde im Hier und Jetzt. Es ist der innere Wunsch, dass wir unsere Gedanken, Worte und Taten zum Wohl und Vorteil aller Menschen einsetzen und dabei unsere sinnlichen Fähigkeiten bewusst nutzen, um unser Leben, unser zusammen Leben immer besser, immer harmonischer gestalten zu können.

Wir können versuchen Tag für Tag immer besser in Harmonie und Einklang mit uns und der Welt zu leben, verbunden zu sein mit dem Fluss des Lebens, andere Menschen so zu respektieren wie sie in dem Moment sind. Unser Herz zu öffnen für die Schönheiten um uns und in uns.

Spiritualität ist nichts anderes als der Weg der Selbsterkennung, der Weg in die eigene bedingungslose Liebe, der Verbundenheit mit ALLEN und ALLEM.

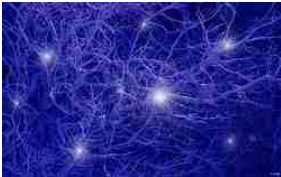


## Kapitel 25: Die Kraft der Gedanken



Jeder Gedanke, der ausgesandt wird, ist eine Schwingung, die niemals vergeht. Sie schwingt in jedem Teil des gesamten Universums fort, und wenn die Gedanken edel, heilig und förderlich sind, versetzen sie jeden verwandten Gedanken in Schwingung.

Unbewusst nehmen alle Menschen, die dir ähnlich sind, Gedanken auf, die du ausgesandt hast, und je nach ihrer Kraft ähnliche Gedanken aus. Das Ergebnis ist, dass du, ohne die Konsequenzen deines Tun's zu kennen, große Kräfte in Bewegung setzt, die zusammenwirken und die niedrigen und schlechten Gedanken unterdrücken, die von selbstsüchtigen und bösen Menschen geschaffen werden. Gedanken sind etwas Lebendiges. Ein Gedanke ist genauso solid wie ein Stück Stein. Wir sterben vielleicht, aber unsere Gedanken können niemals Sterben.



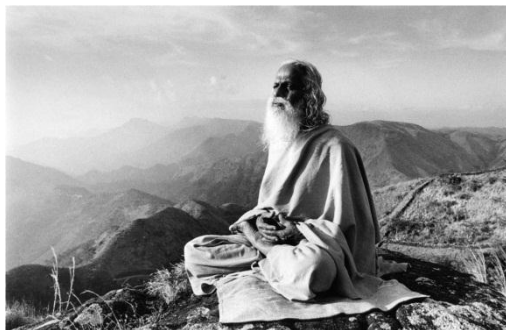
Jede Änderung des Gedankens wird begleitet von Schwingungen seiner geistigen Materie. Der Gedanke als Kraft braucht eine spezielle subtile Materie, um wirksam zu werden.

Je stärker der Gedanke ist, desto früher trägt er Früchte. Der Gedanke wird konzentriert und gerichtet. In dem Grad, in dem der Gedanke konzentriert und gerichtet wird, wird er wirksam für die Aufgabe, die er zu erfüllen hat.

Wenn die Nahrung rein ist, wird auch der Gedanke rein. Ein Mensch mit reinen Gedanken spricht sehr kraftvoll und hinterlässt durch seine Worte einen tiefen Eindruck im Geist seiner Zuhörer. Er beeinflusst Tausende Menschen mit seinen reinen Gedanken.

Ein reiner Gedanke ist schärfer als eine Rasierklinge. Habe stets reine, erhabene Gedanken. Gedankendisziplin ist eine exakte Wissenschaft. Jeder hat seine eigene geistige Welt, seine eigene Denkweise, seine eigene Art, Dinge zu verstehen, und seine eigene Handlungsweise. So wie auch Gesichter und Stimmen von Menschen unterschiedlich sind, so gibt es auch Unterschiede in Denkweise und Verstehen. Darum kommt es leicht zu Missverständnissen unter Freunden. Man muss auf die geistigen Schwingungen und Gedankenschwingungen eines anderen eingestimmt sein. Speichere keine nutzlosen Informationen im Gehirn.

Lerne, den Geist zu entgeisten. Verlerne alles, was dir keinen Nutzen brachte. Nur dann kannst du deinen Geist mit göttlichen Gedanken erfüllen. Du wirst neue geistige Kraft gewinnen, wenn die zerstreuten Strahlen des Geistes jetzt gesammelt werden.



Yogis, die ihre Gedanken unter Kontrolle gebracht haben, sind sehr selten in dieser Welt. So wie ein Räucherstäbchen kontinuierlich süßen Duft verströmt, so umgibt einen Yogi, der seine Gedanken unter Kontrolle gebracht hat und ständig in Brahman, dem Unbegrenzten weilt, göttlicher

Duft und göttlicher Glanz (eine magnetische Brahmische Aura). Der Glanz und der Duft auf seinem Gesicht ist Brahma-Varchas. Wenn man einen Strauß Jasmin, Rosen oder Champakablüten in der, durchdringt der süße Duft den Raum und erfreut alle in gleicher Weise. Ebenso verbreitet sich der Duft oder Ruf eines Yogi, der seine Gedanken beherrschen kann, nah und fern. Er wird zu einer kosmischen Kraft.

## Kapitel 26: Intuition, Bedeutung von Träumen

Wenn das Telefon klingelt und für den Hörer abnehmen, erhalten wir eine Botschaft. Auf das Auftauchen einer Intuition sollten wir reagieren, indem wir sie ernst nehmen. Eines der Grundsätze ist zu lernen, unsere Intuition ernst zu nehmen und aufrechtzuerhalten, um dadurch zu unserer Geburtsvision zu gelangen. Intuitionen erfahren wir in Form von Flüchtlingen Ahnungen welche uns ein vages Gespür auf das kommende erklärt. Aber wenn wir uns eingehender mit diesem Phänomen vertraut machen, können wir die Grundlage unsere Intuition erfassen.

Wären wir unsere Bestimmung entwickeln und durch sie entwickelt werden, müssen wir nicht nur lernen, diese flüchtigen Intuition nicht nur als solche zu erkennen, sondern sie auch aufrecht erhalten, damit sie genügend Energie gewinnen, um sich zu manifestieren. Intuitionen fungieren als Führer und ziehen Kräfte an. In ihrer Eigenschaft als Führer geben Sie uns Hinweise darauf, wie wir uns in schwierigen oder ungewohnten Situation zu verhalten haben und zeigen uns neue, aufregende Wege zur Gestaltung unseres eigenen Weges.

Gefühle, Tagträume und Vorstellungskraft werden in unserer Gesellschaft oft mit Faulheit oder Zeitverschwendung gleichgesetzt. Nichts könnte der Wahrheit ferner liegen. Vorstellungskraft ist der Schlüssel zur Arbeit mit dem menschlichen Verstand, der es uns erlaubt den spirituellen Bereich zu betreten und uraltes Wissen wieder zu entdecken. Imagination ist die Kraft, die uns höhere Vision und Prophezeiung zugänglich macht. Wenn unsere Gefühle und Ahnungen im gleichen Maße gültige Informationen liefern wie unsere Sinne, heißt dann, dass sie immer richtig sind?



Wir halten uns an Positionen, Formen und Rollen, die wir in unserem Leben spielen und die nichts mit der Wirklichkeit und unserer wahre Natur zu tun haben.

**Wenn wir Synchronizitäten wirklich als sinnvolle Ereignisse begreifen, verfügen wir damit über ein inneres Wissen, das größer ist als das Einfache verstehen einer Theorie.**

**D**ie direkte persönliche Erfahrung erhöht unsere Fähigkeit, Vertrauen zu entwickeln, was uns wiederum in den Zustand aufmerksamer Erwartung versetzt. Es ist bekannt dass diese Geistesverfassung das Auftreten von Intuitionen und neuen Wirklichkeiten fördert. Wir müssen uns darauf konzentrieren diese intuitiven Bilder geistlich festzuhalten.

Wir müssen uns auf das gewünschte Resultat fokussieren und das Vertrauen in dieses von uns gehaltene Bild nicht verlieren. Um uns daran zu erinnern, weshalb wir etwas tun, ist es von großer Wichtigkeit, das Bild unserer Originalversion nicht aus den Augen zu verlieren, sobald wir Angst bekommen oder dazu neigen, pessimistisch zu werden.

## **Träume**

**D**urch das Streben der Intention nach manifestieren der eigenen Vision stimmen wir das Unterbewusstsein dazu ein, Information in Form von Träumen weiterzugeben. Vergessen Sie nicht: das Mysterium hat den Wunsch, sich zu entfalten! Träume enthalten grundsätzlich Botschaften, die sich auf Ihr persönliches Wachstum beziehen und darauf wie Sie besser mit der Welt interagieren können. Träume transportieren Einsichten, die ihn vorher nicht bewusst waren. Im Traum begeben wir uns unbewusst auf eine Ebene, andere Seelen uns beistehen können. Vergiss nicht, wozu Träume da sind: Sie machen uns klar, wie wir mit dem



momentanen Ereignissen in unserem Leben umgehen sollen. Wir müssen in der Lage sein die Ereignisse in unseren Träumen zu interpretieren, wenn wir die Traumhandlung auf die tatsächliche Situation in unserem derzeitigen Leben projizieren.

Traumstudien zu folgen unterteilen sich Träume in solche mit persönlicher Wertung und solche, die das kollektive Unterbewusstsein reflektieren. Zu den Letzteren gehören die Träume, in denen für die Menschheit bedeutende Führer auftreten, und solche, die auf Strukturveränderungen für die Menschheit hinweisen. Während eine kritische Masse von Menschen mehr und mehr Erfahrungen mit spirituellen Bereichen sammelt, besteht die Möglichkeit, dass Träume verstärkt zum Träger von Licht erfüllten Archetypen werden, die auf diese Weise in das kollektive Be-

wusstsein dringen. Es ist deshalb wichtig dass wir unsere dass wir unser Wissen um Träume durch folgende Information verstärken:

- Wie wir uns besser an Träume erinnern können;
- Die wirst du einen Information gewinnen
- Wie wir Traumsymbole im Sinne persönlicher und kollektiver Mythen interpretieren können

## **Persönliche Träume**

Zunächst einmal existieren verschiedene Arten von Träumen. Die häufigsten sind die persönlichen Träume, die sich mit dem Leben des Träumers, seinen Ängsten und seinen Beziehungen zu anderen Menschen befassen. Diese Träume verkörpern niemals mehr, als der Träumer zu verarbeiten in der Lage ist. Die Botschaft kommt zu einem Zeitpunkt, an dem sie benötigt wird. Die Träume dienen zur Hilfe bei der Klärung negativ empfundener Gefühlszustände und transformieren persönliche Energiemuster. Werden sie nicht beachtet, wiederholen sich ständig. Wie Lawinen werden zunehmend gewaltiger und produzieren schließlich große innere Unruhe. Dabei kann es durchaus vorkommen, dass ein und dasselbe Traum immer wieder durch andere Sichtweisen wahrgenommen wird. Die meisten dieser Wiederholungsträume haben ihren Ursprung in ungelösten Kindheitsträumen. Mit der Freisetzung der damit verbundenen Ängste und Negativität wird eine Barriere zum eigenen gefühlsmäßigen Potenzial und persönlicher Kreativität durchbrochen.

Träume existieren im logischen Feld des Menschen und dringen während des Schlafes in unser Bewusstsein. Wir integrieren die Traumenergie und ihre Botschaften, indem wir sie im Wachzustand niederschreiben, Zeichnungen oder Gemälde von Ihnen anfertigen oder uns der spirituellen Botschaft bedienen, die sie präsentieren. Durch Traumarbeit wird eine höhere geistliche Energie in unserem Wachzustand eingegliedert, und die Grenzen zwischen den spirituellen und den psychischen und den physischen Dimension lösen sich auf. Träume helfen bei der Klärung augenblicklicher Lebenssituation.

## **Kollektive Träume**

Wenn ein Mensch seine persönlichen Interessen am Kollektiv der Menschheit erweitert, tauchen auch untypische Träume auf. Sie treten allerdings erst dann auf, wenn der Betreffende gelernt hat, sich hinzugeben und dem unerwarteten

positiv gegenüberzustehen. Diese Träume haben die Eigenschaft, auch andere Menschen zu berühren und erscheinen gleichzeitig vorhersehend und relevant für die Gegenwart. Dies deutet auf die Bereitschaft hin, Information aus unbekannter Quelle zu empfangen, Informationen, die auf das Leben anderer Menschen beeinflussen werden.

Die vorhersehenden Träume erstreben die eigene Verbindung mit der kollektiven Energie. Selbst wenn jemand bis zu einem gewissen Grad persönlich von der Information betroffen sein mag, so ist ihre Bedeutung doch von hoher Bedeutsamkeit. Sobald derartige gemeinsame Träume von Menschen empfangen werden, hat sich im Allgemeinen der Schwerpunkt des Gefühlsleben von der Sorge um sich selbst auf die Sorge um andere verlagert.

Sobald jemand Willens ist, gefühlsmäßig zu leben oder Risiken einzugehen, werden diese Träume oft zu den einzigen Bestätigungen, die er über den großen Zusammenhang seiner Lebensweise erfährt. Wer sich auf das unbekannte einlässt, muss auf das Vertrauen, was vor ihm liegt. Dann entfaltet das Leben seiner unvorhersehbaren und vorhersehbaren Lektionen, die man nicht mehr kontrollieren kann, von denen man aber eine Menge gelernt.

## Die Nachtschule

In den Träumen der Nachtschule findet der Träumer sich zum Beispiel in einer anderen Dimension wieder, in einem kreisenden und schwebenden Zustand, gemeinsam mit anderen Dingen, die manchmal aus diesem Leben stammen, manchmal aber auch aus unbekanntem Dimension und aus anderen Lebenszeiten. Die Stimmung dort ist immer zur gleichen Zeit befremdlich und sehr vertraut.



Elfenengel/Nati

Eine weitere Form der Traum Erfahrung wird als Parallelträume bezeichnet, wenn zwei Individuen unabhängig voneinander den gleichen Traum träumen und den jeweils anderen in ihrem Traum sehen. Somit wird der gleiche Traum aus unterschiedlichen Perspektiven erlebt. Vorhersehende Träume können sich auch wiederholen und den Träumer auf bisher unbekannte Möglichkeiten hinweisen, die sich im offenbaren können.

## Prophetische Träume

**T**räume, die kommendes Voraussagen, haben die Menschen seit Urzeiten fasziniert. Zum Beispiel und viele Menschen den Untergang der Titanic in ihren Träumen vorausgesehen oder Flugzeugabstürze im Voraus geträumt. Die Katastrophen existieren in der Aura des kollektiven Unbewussten, bevor sie sich in der Realität



zeigen. Solche Träume erscheinen auf unvorhersehbarer Weise denen, die mit derartiger Information etwas anfangen können und danach auch zu handeln bereit sind. An diesem Punkt unserer Entwicklung sind die meisten von uns vermutlich noch nicht weit genug entwickelt, um zu einer Verminderung derartiger tragischer Ereignisse beizutragen. Einer der Gründe dafür liegt darin, dass wir glauben unsere Fähigkeit zur Veränderung physikalischer Vorgänge sei im kollektiven Unbewussten einfach noch nicht stark genug. Ein weiterer Grund ist die Tatsache, dass Traumprophetieungen nur Einzelpersonen erscheinen und es kein Zentralbüro zu Erhebung diese so genannten Informationen gibt, damit diese Katastrophen durch die Fokussierung einer Gruppe von Menschen verhindert oder zumindest abgeschwächt werden können. Katastrophenträume können auch auf einer persönlichen Ebene stattfinden. Diese dringlichen, telepraktischen Träume haben meistens eine verzweifelte Komponente und drehen sich um drohende Schwierigkeiten. Jemand bedarf der Hilfe, und wie auf einer Funkfrequenz wendete er sich an einen aufnahmebereiten Menschen, die seine Botschaft aufnimmt und ihm in besten Falle hilft. Durch telepathische Kommunikation mit der Person, die in seinem Traum in Schwierigkeiten geraten ist, könnt Ihr klare Anweisung darüber geben, was sie zu tun hat und dadurch potentiellen Schaden wirklich abwenden.



## Die Erinnerung am Morgen

Sobald Sie erwachen, halten Sie die Augen geschlossen und rollen sich auf den Rücken. Erinnern Sie sich an die letzte Szene in ihrem Traum, dann lassen Sie die vorhergehende in ihrem Bewusstsein aufsteigen und so fort, gerade so als würden sich einen Film von hinten nach vorne schauen.



Dann lassen Sie den Film auf Ihrem Traumschirm von vorn abrollen und prägen sich jede Szene ein. Sobald sie richtig wach sind schreiben Sie diese Szene nieder. Es wird Sie überraschen, wie viele zusätzliche Fragmente aus ihrem Traum dabei auftauchen werden. Es kann hilfreich sein, ihrem Traum einen Titel zu geben und jedes Thema zu definieren, dass in ihrem Traum angesprochen wurde.

## Symbole und Berühmtheiten

Ist der Traum brillantes Weiß oder goldenes leuchten getaucht, bedeutet dies, dass sie sich an einer Wegkreuzung Ihres Lebens befinden und in den Pfad des unbekanntes nahegelegt wird.

Je tiefer die Traumerfahrung, desto symbolträchtige sind die damit verbundenen Inhalte. Arbeiten Sie mit jedem der Symbole und fragen Sie sich: was ist die Essenz, die Bedeutung dieses Symbols? In welchem Zusammenhang steht es mit meinem Leben? Schauen Sie sich in Büchern nach Informationen über Traumsymbolik nach, aber vergessen Sie dabei nicht, dass Ihre Interpretation zwei Seiten hat. Das Symbol hat eine Kollektiv sagenhafte Bedeutung und eine persönliche Verbindung die nur sie betrifft. Taucht in ihren Träumen eine berühmte Persönlichkeit auf, achten Sie besonders darauf, welche ihre Eigenschaften Sie an Ihr am meisten bewundern und was sie in ihrem Leben erreichen möchten. Jede Person in ihren Traum repräsentiert einen Aspekt ihres eigenen Wesens, der sich ihnen auf diese Weise vorstellt.

## Die Transformation des Traumes.

Wenn ein Traum Sie tief verstört oder ihnen innerer Unruhe bereitet so drückt sich darin ein Aspekt der Furcht aus, die Sie gerade jetzt in Angriff nehmen können. Die Angstträume Erwachsener stammen aus ungelösten Kindheitsträumen, oft jedoch auch aus ungelösten und Vorleben, und sie hindern den Träumer daran, in seien Leben voranzuschreiten und sich emotional zu entwickeln.

Die Klärung der Furcht erhöhtes das Selbstbewusstsein und erweitert ihr Potenzial zur Wahrnehmung neuer Horizonte.

Gehen Sie am Morgen noch einmal alle Elemente des Traumes durch. Stehen sie der Botschaft ihres Traumes offen und oder widerwillig gegenüber?

Wenn Sie sich ein anderes Ende gewünscht hätten, so schreiben Sie diese Schlusszene neu, bis sie mit dem Ausgang zufrieden sein. Wenn Sie zum Beispiel geträumt haben, dass sie den Tag ein Test nicht bestanden haben, bestätigen Sie sich mental und ruhig im Ausdruck: „Ich habe den Test mit fliegenden Fahnen bestanden! Eine Arbeit so brillant dass sich die beste Note in der Klasse erhalten habe und für meine Leistung applaudiert wurde“ Ich fühle mich, als hätte ich im Lotto gewonnen. Finden Sie die guten und großartigen Enden für Ihre Träume selbst, und achten Sie darauf wie sehr sich Ihr Tagesablauf darauf hin verändert. Diese Form des Selbstgespräches unterstützt ihren Energiehaushalt und reduziert Stress, besonders dann wenn Sie dabei Ihren Humor nicht verlieren. Vergessen Sie nicht das, dass innere Arbeit der äußeren Arbeit vorangeht. Ihre Träume zeigen Ihnen bereits die Qualität Ihrer inneren Realität, welche sich bald darauf auch im äußeren manifestieren wird.

## Träume & Zielgruppen

**E**s befinden sich jederzeit in dieser spirituellen Dimension eine Gruppe von Seelen, die einen anderen Aspekt von uns repräsentieren. Mit dem wachsen unseres Bewusstseins warten wir warten sie darauf, uns mit Energie zu versorgen, sobald wir danach fragen, und diese zur Erfüllung eines höheren Zweckes zu verwenden. Im



Traum vereinen wir uns wieder mit unserer Seelengruppe, und das ruft Erinnerungen wach, die wir schon lange für die gegenwärtige Situation geplant hatten. Träume geben uns einen Einblick in unsere ursprünglichen Absichten. Und wenn wir uns danach auf die psychische Ebene zurückgeben, bleibt etwas davon im Gedächtnis hängen, obwohl manche Erinnerung in verschlüsselter Form, beispielsweise in archetypischen Symbolen, ausgedrückt wird.

## Tiere Omen Zeichen

Die Fähigkeit, Zeichen und Omen zu lesen, ist bei der Haltung einer positiven Weltversion von großer Hilfe. Sind wir verwirrt, können Anzeichen von außen den inneren Tumult stoppen. Es hilft dabei das eigene Denken mit der Bedeutung zu vergleichen, die das Zeichen für uns hat. Sobald wir das Gefühl haben die Bedeutung zu verstehen erfahren wir einen Energiezuwachs. Wir halten wieder eine Begriff von einem umfassenden Zusammenhang und sind in der Lage, uns vorwärts zu bewegen. Ein Tier am Anfang einer Reise oder eines Traumes setzt den Akzent.

Verschiedene Tiere im Traum bedeuten verschiedene Ansichtsweisen die wir uns bei uns finden können. Traditionell stehen z.B. der Adler für Weisheit, Mut, Unabhängigkeit und bevorstehende spirituelle Prüfung.



Die Tiere sind Aspekte unseres selbst, mit denen wir Kontakt aufnehmen müssen.

Im Verlauf traditioneller Initiationsriten gehört das Erscheinen von Tieren zu den Synchronizitäten der höchsten Rangordnung und symbolisiert oftmals den Lebenszweck des Initiierten. Bei der Tierwelt können wir viel lernen. Einige der Tiere sind

Experten im Überleben und anpassen. Es gibt Situationen, indem wir die gleichen Fähigkeiten benötigen. Manche Tiere entwickeln unter keinen Umständen Krebs. Wäre es nicht wunderbar, ihr Geheimnis zu erfahren? Andere sind fantastische Ernährer und Beschützer. Manche sind von großer Fruchtbarkeit und andere von extremer Sanftheit. Die Tierwelt zeigt uns ein in uns schlummerndes, entwicklungsfähiges Potenzial. Jedes Tier stellt eine Schwelle in die phänomenale Welt des Geistes dar. Die meisten Menschen geht allerdings, dass ihrer Meinung über Tiere ihrer Meinung über sie selbst reflektiert. Das Tier wird zu einem Symbol für eine bestimmte Kraft des unsichtbaren, spirituellen Bereichs, der sich in unseren eigenen Leben manifestiert. Wenn unsere eigene Ausstrahlung positive Energie

niedrig ist, kann es sein, dass sich ein Tier nur zeigt um seiner normalen ökologischen Funktion zu erfüllen. Wenn ein skeptischer Biologe das Verhalten von Tieren auf den rohen Instinkt zurückführt, zieht er die Beschränktheit, dir selbst auf diese Geschäfte auf diese Geschöpfe projiziert. Doch haben wir ein höheres Schwingungsniveau, gleichen sich die Tiere ringsumher zunehmend zusehends der von uns ausgestrahlten Schwingung an und sind in der Lage, und ständig den Weg zu weisen. Zeigt sich uns ein bestimmtes Tier im Traum oder im Wachzustand, bedeutet dies, dass wir bereit sind, seine Bewusstseinsmerkmale wieder in unser Wissen zu integrieren. Indem wir unsere gemeinsamen Vorfahren und Verbindungen zu anderen Lebensraum anerkennen, kommen wir schließlich nicht umhin, für die Erhaltung aller Arten einzutreten.

**Suchen Sie sich innerhalb Ihres Hauses einen ruhigen Platz, an dem Sie ungestört meditieren können. Wenn irgend möglich, versuchen Sie, diesen Ort etwas Besonderes, etwas geweihtes oder heiliges zu verleihen. Ein kleiner Tisch mit Blumen oder Gegenständen, die Sie daran erinnern, ihren Verstand zu beruhigen. Während diese Meditation eine feste Tageszeit, diese so gut wie möglich einhalten.**



**Nehmen Sie eine Aufrechter Körperhaltung ein, die Hände liegen locker auf den Oberschenkeln, die Handflächen Sie nach oben gekehrt. Im Schneidersitz empfiehlt es sich, zur Unterstützung ein Kissen unter Hinterteil zu schieben. Zu Beginn der Meditation schließen Sie die Augen, legen die Hände vor ihrer Brust zusammen verbeugen sich leicht davon. Lagern Sie die Hände wieder auf die Oberschenkel und atmen Sie aus. Die Lieder bleiben geschlossen bzw. der Blick wird nach unten gerichtet. Achten Sie auf Ihren Atem. Atmen Sie ruhig ein und aus.**

**Lassen Sie Ihre Gedanken kommen und wieder gehen, ohne sie festhalten zu wollen. Sobald neue Gedanken auftauchen, konzentrieren Sie sich wieder auf Ihren Atem. Spüren Sie, wie Ihr Atem durch die Nase eintritt, der Brustkorb sich hebt, und wie Sie durch Mund oder Nase wieder ausatmen. Entspannen Sie sich mit jedem Atemzug. Lockern Sie Ihre Muskeln, ihren Verstand, ihre Sinne und atmen Sie immer entspannter. Auftauchende Gedanken sollen sie beachten die Objekte, geben Sie im Namen wie zum Beispiel Sorge, denken, innere Kälte, und kehren Sie immer wieder zur Konzentration auf Ihren Arten zurück egal will, wie lange sie von den Gedanken geplagt werden. Seien Sie sanft und aufmerksam im Umgang mit sich und ihrer Meditation. Zu Beginn ist es empfehlenswert, dies auf 10 Minuten täglich festzulegen. Wenn Sie wollen, können Sie diese Zeitspanne auch auf 30 Minuten ausdehnen. Beenden Sie Ihre mittels Meditation ebenfalls durch eine leichte Verbeugung ihres Kopfes liegen Sie die handlichen wieder zusammen. Die Verbeugung ist nicht nur ein Zeichen ihrer Bereitschaft, sich nach innen zu bekehren, sondern signalisiert Ihrem Ego, dass Sie sich für eine Weile entspannen und dem Zutritt einer höheren Energie öffnen kann. Der Sinn der Meditation besteht darin, sich mit dem Augenblick zu verbinden, sich darüber klar zu werden,**

**wo Ihr Verstand sich augenblicklich befindet und ihn zu beruhigen. Mit der Zeit werden Sie feststellen, dass Sie offenbar gegenüber Gefühlen und die Häufigkeit Unklarheit von Intuition sich erhöht, auch wenn Ihr Verstand weiterhin dazu neigt, in alle möglichen Richtungen abzuschreiben.**

**Einmal in der Woche oder mehrmals im Monat sollten Sie sich es zur Gewohnheit machen, sich eine Meditationskassette anzuhören, um ihre Intuition zu stärken. Es gibt eine Vielzahl guter Kassetten. Halten Sie eine Intuition oder ein stärkeres Bild, das sich in ihrem Bewusstsein festsetzt, verstärken sie es, indem Sie ein Eintrag darüber in ihr Tagebuch machen. Manchmal ist es schwieriger, Dinge niederzuschreiben, als im Gedächtnis zu behalten. Um frei zu assoziieren, beginnen Sie mit Ihrer Intuition, erzählen davon ausgehen eine Geschichte. Schreiben Sie auf, was immer Ihnen einfällt.**

## Kapitel 27: Die innere Hölle

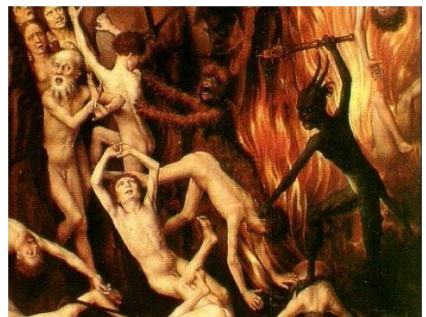
### Gott oder Gott und Teufel?

**E**s existiert keine zweite Macht, kein Teufel, keine personifizierte Form des Bösen, die die Kraft hätte, Bestrafungen in diesem Leben oder nach unserem Tod gegen uns auszuführen. Der Teufel als Konzept erweist sich allerdings seit jeher als hilfreiche Instanz, sobald es eine Hierarchie von Autoritäten darum geht, die Macht auszuüben um Menschen durch Furcht zu kontrollieren.



**U**m uns weiter zu entwickeln und unsere Göttlichkeit zu erkennen, müssen wir lernen, unseren freien Willen zu gebrauchen, ohne uns dadurch von Gott zu entfernen. Wir schaffen gutes, wenn wir im Einklang mit unseren göttlichen Qualitäten wie Liebe, Mitgefühl, Freude, Dienst am Nächsten und Kreativität handeln, die alle einem höheren Zweck dienen. Das Böse wird durch unsere Furcht genährt und durch den Glauben daran, dass alle Menschen unweigerlich schlecht sind und Spiritualität eine Art Rausch mittel darstellt, um von der erschreckenden Realität abzulenken.

**W**enn tatsächlich keine von der allumfassenden Macht getrennte Kraft in der Welt existiert, kann es dann eine Hölle geben? Abbildung der Hölle zeige uns Prozession von Verdammten, nackten Seelen, die jeder Hoffnung auf Erlösung beraubt, in den Flammengruben marschieren und mit vor Grauen verzerrten Gesichtern schreien.



**M**anche Menschen sind bereits seit der Zeit vor ihrem ersten Atemzug in der Hölle gewesen, als unerwünschte, abgelehnte Kinder im Bauch ihrer Mutter. Die innere Hölle beginnt auf der Erde; schon im Säuglingsalter werden manche



Seelen gekniffen und getreten, geschlagen, gekratzt, in Schränke gesperrt und müssen in Angst vor denen leben, die eigentlich über sie wachen sollten. Missbraucht und ausgebeutet, in ihrer Intimsphäre bedrängt, geschlagen, ignoriert und aufgerieben durch den Drogenkonsum ihrer Eltern, wachsen diese Seelen im schlimmsten Fall zu Erwachsenen heran, die wenig oder gar keine Vorstellung über die Güte Gottes und ihrer Verbindung mit ihm haben. Trotz unvorstellbarer Hindernisse gelingt es doch jedoch manchen dieser Seelen wie durch ein Wunder, aus dem Bösen heraus zu wachsen, dass sie von frühester Kindheit an umhüllt hat. In anderen Fällen erweist sich das Trauma als zu gravierend. Als sei in ihnen alles Menschliche verbrannt, leben sie scheinbar nur, um die von Ihnen erfahrene Hölle andern angedeihen zu lassen. So setzt der Kreis sich fort. Die innere Hölle besteht in der Gewissheit, dass es keine Liebe gibt und das Macht nur durch Leid des anderen zu gewinnen ist. Wenn es tatsächlich so etwas gibt wie die in der Bibel erwähnte Todsünde oder Erbsünde, dann ist es dieser Kreislauf des Leidens.

**B**ei unserer eigenen inneren Hölle kann es sich auch um Unsicherheit und Starrköpfigkeit handeln, die uns von der Liebe abschneidet. Die Hölle kann grenzenlose Gier, Lust, Neid, Paranoia, Furcht, Wut, Selbsthass, Besessenheit oder Stolz heißen. Wir wissen, dass diese Fixierung uns vom Fluss des Lebens abschneiden, und Kreativität lähmen und uns zu sich ständig wiederholender, selbst vernichtender Unerfülltheit verdammen. Hölle ist dunkel und schwer, kalt, endlos, einsam und hoffnungslos.



## Bringen Sie Ihre eigenen Vorstellungen mit

**G**ilt der Ausspruch wie im Himmel, so auf Erden, so gilt auch die umgekehrte Maxime. Wie auf Erden, so im Himmel. Dadurch verstehen wir, dass wir das Bewusstsein, das uns zur Zeit unseres Todes erfüllt, jenem entspricht, welches wir mit ins Jenseits hinüber nehmen, und mit diesem Bewusstsein, werden Sie auch die Realität dort drüben kreieren. Sie sind tatsächlich in der Lage, ihr Bewusstsein und die Fähigkeit, Ihre Welt selbst zu schaffen, auf die andere Seite mitzunehmen. So wie wir mit bestimmten Fähigkeiten und Neigungen aus unserem Vorleben auf die Welt gekommen sind, werden wir mit den jüngst erworbenen Vorstellungen und Fähigkeiten ins Jenseits geboren. Da es eine personifizierte, externe Kraft des Bösen; den Teufel; nicht gibt, existiert auch keine andere Hölle als jene, die wir in Form unserer negativen Energien in die spirituellen Dimensionen mitbringen.



Wir werden alles Leid, das wir auf der Erde andern Menschen zugefügt haben, selbst erfahren, sobald wir in die spirituelle Dimension zurückkehren. Obwohl es kein jüngstes Gericht vor Gott geben wird, müssen wir für alle Schmerzen, die wir andern während unseres Lebens verursacht haben, durch eigenes Erleiden zahlen. Erfahrene Seelen im Jenseits helfen uns dabei zu verarbeiten, was wir in unserem eben vollendeten Leben gelernt haben und eine stärkere Liebesfähigkeit zu entwickeln, damit wir in der nächsten Inkarnation in der Lage sind, in unserer Entwicklung voran zu schreiten

Wenn wir uns entscheiden, in Dunkelheit zu leben; auf der Erde oder nach unserem Tod; wenn wir es zulassen, dass das Licht schwächer wird, dann sind wir es, die freiwillig einen dunklen Ort aufsuchen. Wir haben in allen Fällen die Wahl. Ich will damit sagen, dass es keine Höllenfeuer gibt, außer denen, die wir uns selbst bereiten.

Haben wir im Laufe unseres Lebens auch nur eine gute Tat getan, kann diese Handlung viele negativen Taten aufheben unsere Leiden im nächsten Leben ver-

ringern. Anstatt sich über die negativen Dinge Sorgen zu machen, die wir in der Vergangenheit eingerichtet haben, es ist deshalb viel wichtiger, sich darauf zu konzentrieren, wie wir von jetzt an nur noch Gutes tun können.

## Das Hier und Jetzt

**M**ehr oder weniger schaffen wir uns während unserer Zeit im menschlichen Körper eine persönliche Hölle, in dem wir unseren Kontrolldramen verhaftet bleiben oder uns weigern, sie uns bewusst zu machen. Vergessen wir unsere Verbindung zu göttlichen Quelle, so sind wir gezwungen, eine sehr limitierte Verhaltens und Denkweise zu entwickeln, die Welt überschaubar und greifbar zu halten.



Sobald wir vergessen, dass wir es waren, die diese Begrenzung in unseren eigenen Verstand geschaffen haben, beginnen wir damit, sie in die Außenwelt zu projizieren. Jeder Lebenserfahrung aus der Vergangenheit führt zu einer Einschätzung der

Gegenwart. Dabei gehört es zur Natur des Wünschens, dass wir begehen, was wir nicht haben, seien es Körpermerkmale oder innere Qualitäten. Die menschliche Grundfurcht besteht darin, verloren zu gehen. Sobald wir uns auf bestimmte Weise definieren, begrenzen wir damit auch unser unseren Erfahrungsspielraum.

## Angst als Nährboden

Die Wurzeln von Dogmen und Ideologien gedeihen in einem Nährboden aus Angst. Hölle bedeutet, im eigenen Dogma und den eigenen Unzulänglichkeiten gefangen zu sein, ohne das Geschenk der Liebe, des Mitgefühls und einem umfassenden Verständnis davon, wer wir wirklich sind. Ein hoher Angstanteil im Leben ist wie ein schleichendes Fieber, das unser Denken durchdringt, unserer Wahrnehmung verzerrt und



unsere Entscheidungsfreiheit einschränkt. Angst muss entfernt werden, damit es überhaupt zur Wahrnehmung neuer Wachstumsmöglichkeiten kommen kann. Selbst geschaffene Hindernisse und Stolpersteine sind reine Zeitverschwendung. Es gibt genug davon, ohne dass wir selbst noch zusätzlich welche schaffen müssten.

## Alles ist Gott

In unserem rein spirituellen Dasein zwischen dem Leben auf der Erde befinden wir uns in der warmen Schwingung des Universums; inmitten liebevoller Energie. Gelingt es uns jedoch nicht, diese liebevoller Energie wahrzunehmen, weil wir süchtig nach unseren eigenen verzerrten Wahrnehmungen sind, werden wir zu Goldfischen, die man aus ihrer Glaskugel in den Ozean gesetzt hat die dort weiterhin kleine und kleinste Kreise ziehen, als wären sie nach wie vor durch die Wände ihres Aquarium eingeschränkt. Echte Befreiung stellt sich dann ein, wie unser Begriff von Getrenntsein verliert, unser Bedürfnis zu kontrollieren aufgeben und zur Furcht vor dem Tod des Körpers überwinden. Wahre Befreiung bedeutet den Geruch von Erbrochenen ebenso ertragen zu können wie den von Schwefel, Geld, Knoblauch, frischen Tomaten, Pfirsichen und Schwärmer und zu wissen, dass all dies Gott ist.

**E**s gibt keinen Teufel außerdem, den wir uns selbst schaffen. Wir sind unsere eigenen Teufel, durch unsere Gedanken und die daraus folgenden Handlungen. Dieses Böse gewinnt mit jeder Generation, dir einen eigenen Stempel böser Taten hinterlässt. Wenn das Böse zerstört werden kann, dann nur durch das Erwachen der Menschheit und die Entwicklung eines Bewusstseins darüber, dass Gedanken bereits Taten sind und dass der Teufel jedes Mal ein wenig schrumpft, sobald wir einen hässlichen Gedanken oder eine schlechte Tat durch liebevolle Zuneigung ersetzen.



Ein Mensch, der in ein Kontrolldrama verwickelt ist, um Energie von anderen abzuziehen, beweist sich unter Welt in einem fort, das er in einen gefährlichen Umfeld lebt und andere nur darauf aus sind, in zu übervorteilen. Aufgrund des Gesetzes von Ursache und Wirkung ist es verständlich, dass unser Glauben und Erwartungen exakt jene Situationen und Menschen anziehen, die notwendig sind, die entsprechende geistige Vision zu erfüllen. Ohne ein Bewusstsein von weitreichender Freiheit unserer Möglichkeiten reproduzieren wir das gleiche Konstrukt im Jenseits wie hier auf Erden. Innerhalb dieser mentalen Gebilde wähen wir uns sicher, deshalb wiederholen wir das, was uns vertraut ist, selbst wenn wir dadurch nicht bekommen, was wir uns eigentlich wünschen. Da das Gesetz von Ursache und Wirkung unserer Welt regiert, brauchen wir keine externalisierte Kraft in wie Teufel; wir vernichten seine Aufgabe selbst und weitaus effektiver.

## Selbstmord



Eine der schwerwiegendsten Handlungen, die ein Mensch begehen kann, ist Selbstmord. Welches Problem auch verantwortlich sein mag, es wird auch im Jenseits nicht gelöst werden. Nach den Aussagen aller Führer aus der spirituellen Dimension ist es offensichtlich dass ein Selbstmord ohne triftige Grund, Gefangenschaft oder Folter in der spirituellen Dimension gravierende Folgen haben wird. Da das Geschenk des Lebens vorzeitig weggeworfen wurde, sorgt Selbstmord offenbar für einen längeren Aufenthalt im Jenseits, bevor die betreffende Seele erneut die Möglichkeit erhält, auf der Erde Form anzunehmen.

## Menschen, die andern Schmerzen zufügen

Vom spirituellen Standpunkt aus besteht der wahre Kern eines Menschen aus der göttlichen Essenz. Weshalb begehen manche Menschen ganz unglaublich grauenvolle Taten?



Wir müssen unbedingt verstehen lernen, dass schreckliche Taten wenigstens zum Teil auf unserer Neigung zurückzuführen sind, einige Menschen als von Grund auf schlecht anzusehen. Das menschliche Wesen zu oft furchtbaren Handlungsweisen fähig sind, ohne von Natur aus Böse zu sein, und entmenschlichen sich beide Seiten in zunehmenden Maße.

Unser kollektiver Wunsch darin besteht eine harmonische und liebevolle Welt zu schaffen, dazu müssen wir uns offensichtlich von unserem tiefsitzenden Glauben können, dass das Böse in jedem Menschen schlummert, die nicht unsere Meinung sind. Im Alltag können wir damit beginnen, das automatische kategorisieren anderer Menschen zu unterlassen. Anstatt Konservativen, Liberale, vom Idealisten, Bauarbeiter zu sehen, sollten wir uns bemüht die Seele in der handelnden Person zu erkennen.

Wann immer wir automatisch misstrauisch werden und uns von den Menschen abgrenzen, die scheinbar anders sind, verlieren wir ein wenig Kontakt zu Gott. Da wir alle den Konsens unserer gemeinsamen Realität schaffen, würzt jeder einzelne Gedanke den großen Eintopf mit. Der Teufel wird dann wieder zu jener Metapher, wie die er ursprünglich stand, ein menschliches, von Furcht getriebenes Ego, das sich von der göttlichen Quelle entfernt hat. Die Hölle, die wir fürchten ist nicht ein Ort, an dem uns ein zorniger und listiger Teufel verbannt, sondern ein Platz, dessen Abschaffung wir uns sparen können. Wenn die Schöpfung der Hölle das Resultat unseres eigenen Bewusstseins ist, sind wir auch in der Lage, unseren negativen Denkprozess zu unterbrechen, und zwar am besten sofort.

## Das jüngste Nicht-Gericht

Vorurteile uns selbst und anderen gegenüber abzubauen, ist eine der höchsten geistigen Aufgaben, die wir uns stellen können. Jedes Mal, wenn wir einen Menschen negativ beurteilen, haftet dieses Urteil in unserem Unterbewusstsein und verunreinigt unserer Energiehaushalt. Normalerweise sind wir in dieser Hinsicht selbst unsere ärgsten Feinde. Und weshalb? Und selbst zu verurteilen bewirkte nichts Gutes, sondern schmälert lediglich unser Selbstwertgefühl. Versuchen Sie einmal, einen ganzen Tag lang ohne Vorurteile über andere oder sich selbst zu verbringen. Wenn Sie sich dabei erwischen, wie Sie ein vorschnelles Urteil fällen wollen, zusagen Sie sich, dass Sie nicht länger gewillt sind, in ihren inneren Garten mit negativen Dingen zu arbeiten. Welche Äußerungen können Sie tun, und auf welche Weise können Sie Ihr Bewusstsein verändern, um ihre Neigung zu Vorurteilen zu vermindern?

## Sich auf die gleiche Seite stellen

Sollten Sie anderer Meinung als er gegenüber sein, so versuchen Sie, ihm oder ihr auf der Herzesebene zuzuhören. Achten Sie darauf, was die Seele hinter den Worten zu sagen versucht. Ihr Ziel dabei besteht darin, einen Aspekt in Ihrem gegenüber zu finden, der sie mit ihm oder ihr verbindet, ohne dabei etwas zuzustimmen, an das sie nicht glauben. Finden Sie einen Aspekt an der betreffenden Person, mit dem Sie ohne Schwierigkeiten übereinstimmen können. Wenn jemand zum Beispiel der festen Überzeugung ist, dass die Umweltschützer unrealistische Vorstellungen in Bezug auf die Anforderungen der Wirtschaft haben, könnten Sie ihn zum Beispiel nach den Schwierigkeiten Fragen, die er oder sein Gewerbe mit der Umweltproblematik hat. Vermutlich steckt der betreffende Mensch in einer Zwickmühle zwischen seinen Idealvorstellungen und der Fähigkeit, eine Lösung zu finden. Tief im Inneren ist der ohne Zweifel in vielerlei Hinsicht an den gleichen Dingen interessiert wie Sie selbst.



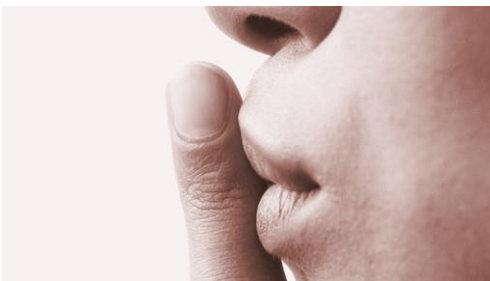
Stellen Sie sich vor, wie es wäre, in der Haut des anderen zu stecken, seine Ängste, Hoffnungen und Träume zu empfinden. Wenn er versucht, mit Ihnen zu streiten,

achten Sie auf die in ihnen aufsteigenden Gefühle. Teilen Sie ihm mit, dass seine Worte oder Vorstellungen ihnen Angst machen, sie traurig, ärgerlich oder unterlegen stimmen. Vermeiden Sie es, Schuld zuzuweisen, indem sie behaupten: Sie regen mich auf. Geschickter ist es zu sagen: wenn wir streiten, fühle ich mich wirklich frustriert und verärgert. Möglicherweise sind diese Probleme zu groß, als dass wir beide Sie lesen könnten. Wie fühlen Sie sich? Sich jemanden gegenüber zu öffnen bedeutet nicht, dass sie dem andern die Genehmigung erteilen, Sie über den Haufen zu stoßen.

Lassen Sie Ihr gegenüber wissen, dass sie ihm wirkliches Interesse entgegenbringen. Ein Satz, der mit den Worten; ich stelle es mir auch schwierig vor; beginnt, bekundet automatisch Sympathie für die Position Ihres Gegenübers. Deshalb müssen sie der Person noch lange nicht zustimmen. Üben Sie sich darin, nach Gemeinsamkeiten anstatt nach Unterschieden zu suchen. Vergessen Sie nicht, dass sie beide Liebe und Respekt wollen. Wenn Gott von vor ihnen erscheinen würde, wären sie beide dankbar und voller Ehrfurcht.

### **Ein Tag des Schweigens**

**S**ind Sie in der Lage, einen ganzen Tag mit sich alleine in der freien Natur zu verbringen? Versuchen Sie, alle paar Monate ein Tag ohne Telefon, Fernsehen, Radio oder Lektüre zu verbringen. Sollten Sie sich entscheiden, an diesem Tag auch nicht zu sprechen, zu vergessen Sie nicht, dass sie sich auch durch Lächeln und Kopfnicken verständlich machen können. Was dann passiert? Das klingt so einfach, könnte aber ihr ganzes Leben verändern.





## Kapitel 28: Die Überwindung der Angst

**Wir haben mit in einer Kultur der aufsteigenden Angst zu tun, die sich von der materiellen Realität zu einer spirituellen Sicht der Welt transformiert.**

**Wie wir uns selbst Angst einjagen**

Ist Ihnen selbst jemals aufgefallen, dass Sie unter Angsteinfluss dazu neigen, vorschnelle Entschlüsse zu fällen? Echte Angst hat die Eigenschaft, mit Ihnen davon zu galoppieren und Ihnen eine scheinbar logische Schlussfolgerung zu präsentieren, die in Wahrheit nichts weiter zeigt, als dass sie Angst haben und sich von ihrer göttlichen Quelle abgeschnitten haben. Getrennt von jedweder Hoffnung empfinden Sie sich wie gelähmt, unfähig, etwas zu bewirken. Aufgrund von Vorhersagen, die auf Angst beruhen, gelangen sie immer zu voreiligen Folgerungen. Die dunkle Seite einer Glaubenssache besteht im akzeptieren vorschnelle Schlüsse, die gezogen werden, um Kontrolle zu erhalten oder zu bewahren.

Nehmen Sie die ihnen zu Grunde liegenden Glaubensvorstellungen und Ängste, die uns so erfolgreich von andern, kreativen Handlungsmöglichkeiten abschneiden, einmal genauer unter die Lupe

- Die Erdbevölkerung explodiert.  
Angst: Wir werden von einem gesichtslosen Mob verschluckt, und alle Ressourcen werden vernichtet.  
Glauben: Sex und Fortpflanzung sind außer Kontrolle geraten.
- Die Mittelklasse schrumpft, um wir verlieren unseren Glauben in das von uns geschaffene System.  
Angst: Sie oder wir.  
Glauben: nur eine gute ökonomische Situation und das Anhäufen von Geldern können uns schützen.
- Die Ausbildung hält den Anforderungen nicht Stand  
Angst: wir verlieren die Vorherrschaft.  
Glauben: wir haben nicht genügend Geld um uns ein gutes Erziehungssystem leisten zu können, weil es zu viele Schmarotzer in der Gesellschaft gibt. Kinder lernen nicht, es sei denn, man zwingt die dazu.
- Wir müssen noch härter arbeiten, nur um am Leben zu bleiben.  
Angst: die puritanische Ethik hatte Recht, wir haben selbst Schuld, wenn wir nicht mithalten können.

Glauben: obwohl es bereits nicht funktioniert, sollten wir noch härter daran arbeiten.

- Kriminalität und Drogenkonsum werden zunehmen, während die normale gesellschaftliche Ordnung zu Grunde geht.

Angst: der schwarze Mann wird uns holen.

Glauben: Verbrechen stellt die dunkle, von ohnmächtigen Menschen ausgelebte Seite unserer eigenen Gier dar. Sie ist eine andere Version unserer Urangst vor dem Dunklen. Drogen repräsentieren das Verlangen, sich von einem sinnentleerten Leben abwenden zu wollen. Wir alle tun dies, jeder auf seine Weise.

- Religiöse Fanatiker werden die Macht haben, den Tod jener zu rechtfertigen, die sie für Ungläubige halten.

Angst: ich bin machtlos.

Glauben: Fundamentalismus ist der zornige Ausdruck eines Gottes in der Rolle des Einschüchterers. Die Angst vor Fanatikern ähnelt unserer Furcht davor, uns nicht vor unseren Vater durchsetzen zu können und auf eigenen Beinen zu stehen.

- Ein neidischer und rachsüchtiger Mob, wartet nur darauf uns alles wegnehmen zu können.

Angst: ich bin allein, unbedeutend und machtlos.

Glauben: Mein Bruder Will mir mein Spielzeug wegnehmen. Niemand kann ihn daran hindern.

- Politiker sind nur daran interessiert, wieder gewählt zu werden.

Angst: Hilfe, Vati kann uns auch nicht helfen.

Glauben: es entspricht der Entwicklungsstufe, auf der wir feststellen, dass unsere Eltern auch nur Menschen sind und dass wir aus uns selbst angewiesen sind.

- Die Welt verändert sich zu schnell.  
Angst: Sie entsprechen unserer Urfurcht vor dem Fallen. Diese Angst appelliert an unsere über an unseren Überlebens Trieb.  
Glauben: es gibt keinen Gott, es gibt keinen Plan. Du musst dranbleiben. Nimm dir, was du kannst.
- Wir maximieren Kurzzeitprofite anstatt Voraus zu planen, weil wir bewusst oder unbewusst der Ansicht sind, unser Erfolg könnte nicht lange anhalten.  
Angst: die Zeit wird knapp.  
Glauben: was zählt, ist Geld. Dieser Standpunkt reflektiert unsere kollektive Unfähigkeit, verzögerte Belohnung zu akzeptieren.
- Alle feingeistigen Vorsätze und Vereinbarungen, die unsere Gesellschaft zusammenhalten, werden verneint.  
Angst: das Chaos wird mich verschlucken.  
Glauben: die Zivilisation muss von einer externen Macht kontrolliert werden. Wir können nicht darauf vertrauen, dass die Gesellschaft sich selber organisiert, weil die Menschen in ihrer Natur nach böse sind.
- Spiritualität ist bloße Rhetorik.  
Angst: am Ende ist doch jeder allein. Nach dem Tod verschwinden wir.  
Glauben: Wir sind nur Tiere. Wir müssen sterben, unser Leben keinen Sinn.
- Vielleicht ist alles nur ein göttlicher Plan, um die Spreu vom Weizen zu trennen.  
Angst: Ich stehe draußen.  
Glauben: das böse ist es ebenso mächtige Gott.

## Kapitel 29: Der individuelle Schatten

Zu Beginn des 20. Jahrhunderts, während der westliche Kulturkreis damit beschäftigt war, die Naturkräfte zu kontrollieren und eine heroische Zukunft aufzubauen, warf der Tiefenpsychologie Carl Jung ein Blick auf den dunkelsten Platz des menschlichen Unbewussten, die er den Schatten nannte. Der Schatten ist jener Ort,



an dem wir alle Dinge über uns verstecken, die unser Ego als unerträglich zurückgewiesen hat. Das Füttern des Schattens beginnt schon in unserer frühesten Kindheit. Innerhalb der Familie, Erziehung, Religion und im sozialen Umfeld werden wir lächerlich gemacht, gehänselt und der zahllosen Fehlverhalten geschimpft. Außerdem lernen wir, dass ein bestimmtes Verhalten sich nicht auszahlt oder uns in den Augen anderer lächerlich macht; also unterdrücken wir unseren Wunsch, Gedichte zu schreiben, zu Schauspielern oder in den Tag hinein zu träumen, weil wir nicht anders sein wollen.

Man sagt uns, dass wir zu kritisch, schwächlich, unkoordiniert, zu schwer, zu langsam oder irrational sein, und natürlich wollen wir die Zuneigung der andere nicht verlieren. Entweder leugnen wir unsere nicht akzeptablen Merkmale oder nehmen die gegen uns gefällten Urteile und verdrängen sie in den Schatten, damit wir den dadurch entstandenen Schmerz nicht spüren müssen. In den Schatten schlüpfen ebenso unsere Gier, unsere Wut über die Ungerechtigkeit der Welt, unser Stolz und unsere Vorurteile.

An diesem Ort befindet sich all das, was sie nicht sein wollen, selbststüchtig, beschränkt, dumm, lustvoll, hässlich, gemein oder furchtsam. Hierhin hat sich die Entscheidung verkrochen, die wir selbst über uns und unsere nicht vorhandenen Fähigkeiten gefällt haben. In diesem verschütteten Warenhaus des Schattens liegen unsere unentwickelten Talent, unsere infantilen Bindungen und die Wurzeln unserer Besessenheit. Alle dort begrabenen kleine Ängste und Vorurteile sind Bestandteile eines umfassenderen, kollektiven Schattens, unsere Furcht vor dem Unbekannten, die Furcht und das Misstrauen gegenüber jenen, deren Ideen, Verhalten oder Aussehen anders ist als das unsere und die uns weh tun oder kontrollieren

wollen. In den Schatten gehört unsere Angst vor dem Tod und davor, für immer zu verschwinden, ohne eine Spur zu hinterlassen.

### **Aufbewahrungsraum und Projektor**

**H**inter unserem Wachbewusstsein agiert der Schatten in zwei wesentlichen Funktionen. Die erste ist eine Art Aufbewahrungsraum für unsere unerwünschten Gaben und für unseren Müll, eine Schrotthalde von Dingen, die wir nicht wahrhaben wollen. Hier befinden sich ebenfalls unsere unentwickelten Fähigkeiten und uneinge-



standenen Wünsche. Zweitens fungiert der Schatten als eine Art Filmprojektor, der unsere Ängste und Unzulänglichkeiten nach außen auf die andere Menschen projiziert. Damit ist der Schatten ein Ort in unserer Psyche, der Erlebnisse hält, die wir selbst es

unbrauchbar oder unerwünscht erklärt haben. Es kann vorkommen, dass der Schatten so voll gestopft wird, dass er überläuft. Fast jeder von uns hat schon einmal den Moment erlebt, indem diese gestaute Energie durch einen Ausrutscher oder unerwarteten Gefühlsausbruch wie Wut und Trauer an den Tag tritt. Sobald wir ein wenig von dieser dunklen Innenweltenergie nach außen abgeben, Energie, die häufig durch Schuld oder Selbsthass verunreinigt ist, so spüren wir, wie unsere innere Spannung nachlässt und es uns für kurze Zeit besser geht. Sind wir uns dieses Energietransfers von innen nach außen jedoch nicht bewusst, so wissen wir auch nicht, dass dieser Prozess überhaupt stattgefunden hat. Haben wir unsere eigenen Unvollkommenheiten erst einmal nahtlos nach außen projiziert, werden sie in Form von Fehlern oder als etwas Böses bei anderen wahrgenommen.

Von nun an befinden sich diese Emotionen und Urteile in der Welt und stellen plötzlich Realität dar, so denken wir zumindest. Da wir uns immer noch nicht im Klaren sind, dass wir die Welt nur durch einen inneren Filter wahrnehmen, können wir das Böse nicht in uns selbst, sondern in anderen erschaffen und erzeugen uns ein Feindbild. Darauf trainiert, diese nun offensichtliche Bedrohung unseres bloßen Überlebens oder unserer Lebensauffassung zu überwinden, gehen wir daran, das Böse zu bekämpfen und die Untaten anzuprangern, die um uns herum geschehen. Ein ganz offensichtliches Beispiel für diesen projizierten Schatten ist der Politiker oder Religionsführer, der sich gegen bestimmte sexuelle Praktiken oder sonstige Verhaltensformen ausspricht, insgeheim selbst aber diesen Dingen teilnimmt. Wir alle kennen jemanden, der das eine sagt und dass andere tut oder der genau das tut, wogegen er sich Sein ganzes Leben lang ausgesprochen hat.



## Warnzeichen

Auch wenn Sie niemals in der Lage sein werden, den ganzen Inhalt Ihres Unterbewusstes zu verstehen, ist es wichtig zu realisieren, dass sich Ihre Welt-sicht aus Dingen zusammensetzt, die Sie identifizieren können und aus Glaubens-sätzen und Vorurteilen, die Sie ohne weiteres akzeptiert haben. Was sind die Warn-zeichen für das Auftreten des Schattens?

### Ihr eigener Schatten könnte auftreten wenn:

- Sie sich über das Verhalten eines anderen besonders aufregen, wie zum Beispiel: Er ist der kontrollbesserte Mensch, dem ich je begegnet bin. Wie steht es mit Ihrem eigenen Kontrollbedürfnis?
- Die Leute erzählen Dinge über Sie, die Sie verärgern, wie etwa: Du lässt dich zu viel herumschubsen. Du Musst dich besser behaupten. Ein Körnchen Wahrheit dabei?

## Konflikte in der Umwelt sind das Abbild einer inneren Spaltung

Solange wir unser Leben nicht selbst untersuchen und unseren individuellen Schatten nicht als den eigenen anerkennen, wird unser Weltbild eine Polarisierung zwischen einer guten und einer schlechten Zukunft kreieren. Der Zwiespalt zwischen dem, was in unserem Inneren noch als gut bzw. nicht mehr gut ansehn, wird von der Welt auf uns zurückgeworfen. Wie sie die Welt sehen, wenn zum großen Teil davon ab, wie Sie sie bisher erfahren haben. Der Zwiespalt verhaftet uns mit einem fortwährenden Kampf zwischen Gut und Böse. Sobald wir bemerken, dass diese Verhaftung selbst das eigentliche Böse ist, müssen wir uns um eine neue moralische Dynamik bemühen, die dem Frieden gerecht wird, nachdem wir angeblich streben. Fühlen wir uns bedroht, werden wir starr und neigen zu übereilten Reaktionen, wir fliehen und schlagen zurück, und das alles nur um die Kontrolle nicht zu verlieren.

### Was lebt durch mich?

Vermutlich handelt sich bei dem Schatten um einen und unumkehrbaren und notwendigen Teil der menschlichen Psyche, zumindest in diesem Stadium menschliche Entwicklung, da wir uns sonst konstant mit Dingen beschäftigen müssen, die wie entweder noch nicht reif genug sind oder zu wenig innere Kraft besitzen.



Mit zunehmendem Verständnis unserer eigenen Person wickeln wir auch ganz automatisch neue Facetten, die dazu dienen, uns in die Richtung unserer ursprünglichen Vision zu lenken. Je mehr wir uns der Schatten Existenz unserer Ängste bewusst werden, desto weniger werden wir uns von Ihnen nieder ziehen lassen. Je bereitwilliger wir unsere unentwickelten Kapazitäten anerkennen, desto begieriger werden wir, spielerisch mit ihnen umzugehen.

**D**enn das unbewusste versucht in einem fort, unmögliche Situation zu kreieren und damit das Individuum zu zwingen, sein Bestes zu geben. Wäre dem nicht so, würde man unter Umständen kurz vor dem Erreichen des



Besten innehalten, sich nicht verwirklichen und sich folglich selbst nicht erkennen. Daher ist eine Situation notwendig, in welcher der Mensch gezwungen ist, seinen Willen und seinen Intellekt an den Nagel zu hängen und der unpersönlichen Kraft von Wachstum und Entwicklung zu vertrauen. Wenn Sie mit dem Rücken an der Wand stehen, so bleiben Sie ruhig und lassen Sie Ihrer Wurzel wachsen wie ein Baum, bis sich Klarheit aus dieser Quelle einstellt und sie im Stande sind über diese Mauer zu schauen.

### **Nur Gedanken, keine Gefühle, keine Intuition**

**A**m ehesten einigen wir den Schatten, wenn wir darüber nachdenken, wie wir etwas kontrollieren können. Solange wir uns vorwiegend auf unsere Denkfunktion verlassen, erleben wir das Leben nicht in seiner Gänze und Fülle. Denken stellt nur eine von vier Lebensfunktionen dar, Gefühl, Intuition und Sinne sind die anderen drei. Zusammen zeigen uns diese vier Funktionen, dass wir lebendig sind und uns voll mit dem Leben identifizieren, im Gegensatz dazu aufgelöst, im Schatten zu leben. Denken Sie an den Schatten als etwas, das ihre Wahrnehmung verzerrt und ihre Auffassung von ihrem eigenen Potenzial limitiert. Ein großer Schatten, in dem viel ungenutzte Energie steckt, kann den Eintritt und den Fluss von Synchronizitäten behindern, die uns zu unserer Geburtsvision führen sollen.

### **Den Schatten zurückgewinnen**

**S**ich den eigenen Schatten zurückzuerobern ist ein Stärkendes, aber auch herausforderndes Unterfangen. Anstatt dem Weltall unsere geballte Faust entgegen zu schicken, sollten wir daran denken, dass es unsere Denk- und Handlungsweisen sind, die einen großen Teil unserer Welt ausmachen. Oft werden gute Vorsätze getroffen, die im äußeren Chaos zu ersticken drohen. Wann immer Sie



versuchen, eine neue Entscheidung durchzusetzen, achten Sie darauf, was sich Ihnen dabei in den Weg stellt. Genau das ist es nämlich, womit sie sich im Augenblick beschäftigen sollten und dass sie in aller Wahrscheinlichkeit nach übersehen oder zu lange verdrängt hatten. Doch bestehe kein Grund zur Sorge. Es handelt sich dabei lediglich um den nächsten Schritt, und es bedeutet keinesfalls, dass ihr neuer Einfluss oder der Versuch, ihre Träume zu verwirklichen, unrealistisch ist. Jedes Hindernis ist ein Teil des Prozesses. Es kann sich als hilfreich erweisen, Hindernisse als Hilfen zur inneren Feinabstimmung zu betrachten.

**Ich empfinde es als selbstsüchtig, wenn ich etwas für mich haben will.**

Unsere verdrängten Aspekte werden oft durch einen mit welchen Mitmenschen präsentiert, den wir als feindselig und kindisch wahrnehmen, weil wir selbst wütend darüber sind, dass wir uns Dinge versagen, nur um anderen zu gefallen. Egal welchen Aspekt oder Teil unserer Psyche wir verdrängen, erwächst nicht solange wir ihn unterdrücken, unser innerer Künstler oder Tänzer ist winzig und verkümmert, weil er keine Übungsmöglichkeit hat. Die enteigneten Teile unserer Persönlichkeit bleiben unentwickelt, wie Kinder die man in einen Schrank eingesperrt hält.

Jede Minderheit und jede Gruppe, die anderer Meinung ist als die Mehrheit, trägt die Schattenprojektion der Mehrheit, ob es sich dabei um Schwarze, Weiße, Juden, nicht Juden, Araber, Italiener, ihren Chinesen, Franzosen usw. handelt. Da der Schatten den Archetyp des Feindes darstellt, ist seine Projektion außerdem dazu geeignet, uns gerade in Zeiten großer Selbstzufriedenheit und scheinbarer Friedfertigkeit in die blutigsten Kriege zu verwickeln. Der Feind und der Konflikt mit ihm sind archetypische Faktoren, Projektion unserer eigenen inneren Gespaltenheit, die daher nicht durch Gesetze aus der Welt geschafft oder einfach wegge wünscht werden können. Man kann sich mit ihnen nur befassen, indem man den eigenen Schatten konfrontiert und die individuelle Spaltung geheilt. Die gefährlichsten Zeiten, kollektive und individuell, sind jene, in denen wir meinen, den Schatten eliminiert zu haben.

**D**er Schatten existiert nicht nur in unserer persönlichen Psyche, sondern auch in der kollektiven Psyche der Menschheit. Jede Siedlung oder Ansammlung von Menschen besitzt eine kollektive Energie. Unser Faszination für Gewalt, die wir als Unterhaltung auch noch bezahlen, führt uns deutlich vor Augen, wie tief unsere kollektiven Gefühle der Machtlosigkeit und Wut reichen. Auf irgendeiner Ebene fühlen wir uns alle als Opfer von irgendetwas; auf einer anderen wissen wir sehr wohl, dass wir selbst es sind, die durch unser tägliches Verhalten zu den existierenden Problem beisteuern, indem wir auf vielfältigster Weise zu Umweltverschmutzung beitragen und Produkte benutzen die Menschen und Tieren schaden.

**U**m unserer Menschlichkeit nicht verlustig zu gehen und um in der Lage zu sein, weiterhin von Herzen aus kommunizieren zu können, dürften wir es uns nicht mehr länger leisten, unser Verzweigung in den Schatten zu verdrängen. Die Verzweigung verbindet uns mit dem, was uns wichtig ist. Nur durch diese Verbindung sind in der Lage, mit unserer Kreativität und Intuition im Fluss zu bleiben und diese Probleme anzugehen.



### **Einander Widerstrebendes**

**W**ir alle haben die Wahl, uns durch Angst lähmen und blockieren zu lassen, Feinde und feindselige Umstände zu schaffen, oder uns dem Leiden gegenüber zu öffnen und darauf zu vertrauen, dass unsere Geburtsvision uns zeigen wird, wohin wir gehen müssen. Wir alle wollen Erfolg haben; Angst empfinden heißt nicht, dass wir zum Untergang verdammt sind und auch nicht, dass wir nicht spirituell sind. Es bedeutet lediglich, dass wir uns im Augenblick getrennt und allein fühlen und uns nicht sicher sind, ob wir mit dem Anstehenden fertig werden

Am ehesten werden wir versagen wenn:

**A: wir uns darauf konzentrieren uns vor dem anderen oder Unbekannten zu schützen;**

**B: unser eigentliches Ziel aus den Augen verlieren;**

**C: in einem Zustand innerer Unruhe Entscheidungen treffen;**

**D: uns von anderen Menschen und Gott getrennt empfinden;**

**E: um Macht kämpfen;**

**F: Energie voneinander stehlen;**

**G: Veränderung Widerstand entgegensetzen;**

**H: uns gegenüber neuen Information verschließen, weil sie unseren alten Denk Vorstellungen nicht entsprechen;**

**Wie können diese inneren Ängste überwinden. Indem wir:**

**A: Gott und Führung bitten;**

**B: unsere Intuitionen vertrauen;**

**C: feste mentale Bilder von unseren Idealvorstellungen haben;**

**D: uns mit mutigen und weisen Menschen verbinden, die uns inspirieren;**

**E: uns an Zeiten erinnern, zu denen wir uns verbunden und inspiriert gefühlt haben;**

**F: uns daran erinnern, dass wir trotz unserer Unsicherheit nicht alleine sind;**

**G: nicht vergessen, dass hinter dem Mysterium unserer Existenz ein höherer, spiritueller Sinn steht;**

## Die Polarisierung unserer Standpunkte ist unsere größte Gefahr

**W**as denken Sie über die Zukunft? Sind Sie Optimist? Weshalb? Sind sie Pessimist? Weshalb? Die Polarisierung unserer Auffassung darüber, in welche Richtung sich die Welt und unser Schicksal entwickelt, ist mehr als jeder anderer Faktor entscheidend für das Eintreffen jener Zukunft, die wir unter allen Umständen zu vermeiden suchen. Diese Hinwendung zur Angst kann gefährliche Ausmaße annehmen, weil Menschen in extremer Angstsituation auch extreme Gegenmaßnahmen rechtfertigen können.

Jede Form der Gewaltanwendung macht alles nur noch schlimmer. Wenn wir Menschen mit Zorn und Hass bekämpfen, bestätigen wir ihr Feindbild. Das verstärkt ihre Abwehr. Es erzeugt nur noch mehr Angst. Wir müssen uns voll und ganz an unsere Geburtsvision erinnern, dann erinnern wir uns irgendwann auch an etwas viel größeres, eine globale Vision.

Die Erinnerung an unsere Vision verschafft uns genügend Energie, um mit der Furcht fertigzuwerden

Es wird ein Zuwachs an Energie (als Optimismus spürbar) erfolgen, sobald wir uns an unsere Weltvision erinnern. Vergessen Sie nicht, dass wir alle miteinander verbunden sind und jede Erhebung unseres Energieniveaus den Gesamtlevel an Energie anhebt, selbst bei jenen, die mit starker Angst belastet sind. Weise Seelen hier auf der Erde und im Jenseits haben seit jeher gewusst, dass eine Polarisierung der eigenen Standpunkte einen ebenso unbedachten wie destruktiven Schritt darstellt. Angst ist ein kraftvolles Mittel zur Trennung und das genaue Gegenteil von Vereinigung. Voller Angst verfangen wir uns in Rechthaberei und vergessen, dass alle Menschen nach Freiheit und Glück streben, etwas, das nur durch eine konzertierte Aktion zu erreichen ist.



Über einen Großteil des 20. Jahrhunderts hinweg haben wir immer noch gedacht, dass die letzte und endgültige Entscheidung auf der Welt durch einen durch einen Krieg getroffen werden würde. Dies entspricht einem uralten Gesetz: die Gewinner haben Recht. Der Sieg ist

ein Zeichen Gottes oder der Götter, dass der Sieger auf seiner bzw. ihrer Seite steht. Konsequenterweise zwingen die Sieger den Verlierern ihr Gesetz auf, oft mittels eines Vertrages, der noch niemals etwas anderes darstellte als eine Rechtfertigung für spätere Rache. Die Wahl der gewaltlosen Lösung gilt als positiver Akt, der eine reale Kraft hervorbringt.

**W**ir denken, dass wir einen Feind brauchen. Unsere Regierung arbeitet hart daran, uns in Angst und Schrecken zu versetzen und Hass zu erzeugen, damit wir uns hinter Ihnen verstecken. Wenn wir keinen konkreten Feind haben, werden Sie einen erfinden um uns zu mobilisieren. Es ist falsch anzunehmen, dass die Weltlage in den Händen der Regierung liegt und dass es Frieden geben würde, wenn die verantwortlichen Regierungen über die korrekte politische Einstellung verfügten. Am meisten unserer persönlicher Alltag mit der Weltlage zu tun. Wenn wir unseren Alltag verändern, können wir auch unsere Regierung verändern und damit die ganze Welt. Unsere Präsidenten und Regierung sind unser Spiegelbild, in dem wir unseren Lebensstil unserer Denkweise erkennen können. Die Art und Weise wie wir unsere alltäglichen Dinge verrichten, stehen in direktem Zusammenhang mit dem Frieden auf der Welt.

### **Die Auflösung von Angst in der spirituellen Dimension**

**L**ange bevor wir das Flugzeug erfanden, hatten wir den Wunsch zu fliegen. Bevor wir mittels Telefon miteinander in Verbindung treten konnten, verfügten wir über die Fähigkeit der telepathischen Kommunikation. Wer weiß, welche Möglichkeiten, welche Magie sich aus der Zwillings Evolution von Technik und den uns angeborenen, noch unentwickelten Kapazitäten ergeben werden. Während wir lernen, Reisen in die spirituelle Dimension zu unternehmen, werden unserer heutigen Ängste vielleicht bald restlos vergehen, indem wir neuartige intuitive Methoden entwickeln, um zu heilen oder an der Weisheit der universellen Intelligenz teilzuhaben.

Sich traurig oder enthüllt mutig zu fühlen, wütend oder besorgt zu sein, vor allem was den Zustand unseres Planeten angeht, ist ein wichtiger Ausdruck unserer Energie. Menschen versuchen, Veränderungen zu vermeiden und setzen Ihnen Widerstand entgegen. Solange bestimmte Sachverhalte nicht als schmerzhaft emp-

funden werden, gelingt es uns oft nicht, die notwendigen Handlungen zur Beseitigung dieser Zustände herbeizuführen. Unsere Gefühle sind dabei der Pfad, der uns zu unserer Ganzheit führt. Verlieren wir vor Angst unserer Menschlichkeit, verstricken wir uns in einen Kampf, das selten zudem von uns gewünschte Resultat führt. Wenn wir nicht mit unseren Gefühlen in Kontakt sind, wenn wir jemanden anderen entmenschlichen oder abschreiben, verlieren wir unsere Verbindung mit den wirklich Wichtigen.



**Der Sinn dieser Übung besteht darin, sich in der Lage eines anderen Menschen zu versetzen. Das eigene Mitgefühl zu entwickeln ist eines der höchststehenden spirituellen Aufgaben auf dem Weg zur Erhaltung der Welt Vision.**

### **Schritt eins**

**Schreiben Sie die Namen von drei der vier Mitmenschen auf, die Sie nicht mögen oder mit denen Sie nicht übereinstimmen. Schreiben Sie unter jeden dieser Namen alles, was Sie an der betreffenden Person stört und worin diese mit Ihnen anderer Meinung sind.**

### **Schritt zwei**

**Gehen sie jetzt daran, jede der Personen so zu beschreiben, als wären sie in der Lage, ihre Höhere Vision zu erkennen. Benutzen Sie Ihre Vorstellungskraft, um darüber zu spekulieren, welche tieferen, positiven Aspekte hinter den von ihnen wahrgenommenen und verurteilten äußeren Merkmalen des betreffenden Menschen liegen könnten. Der zweite Schritt besteht darin, dass sie sich von ihrer normalen Wahrnehmung anderer Menschen lösen und sich Gedanken über deren Originalintention machen. Indem Sie Ihren Standpunkt verändern, suchen Sie nach einem positiven Grund für die Eigenheiten dieser Menschen, was Ihnen die Möglichkeit gibt, selbst zu wachsen und eine kreative Interaktion mit der betreffenden Person zu haben.**

### **Schritt drei**

**Gehen Sie zurück zu Schritt eins. Streichen Sie den Namen der Person diesen nicht mögen und setzen Sie stattdessen ihren eigenen Namen ein. Beschreiben Sie etwas von sich, dass der von Ihnen kritisierte Eigenschaft der anderen Person erinnert. Wie fühlen Sie sich, wenn Sie den Satz jetzt laut vorlesen? Versuchen Sie, die von Ihnen auf andere projizierten negativen Wahrnehmungen und Empfindungen auf sich selbst anzuwenden und sich auf diese Art ihren Schatten wieder zu Eigen zu machen. Dadurch öffnet sich unserer Seele für eine allumfassende Erfahrung.**

# Persönliches Umfeld

## Kapitel 30: Agape

was ist anders an der bedingungslosen Liebe...

Die Agape (griechisch *Αγάπη*; lateinisch die *caritas*) bezeichnet ein griechisches Wort für Liebe, welches durch das Neue Testament auch außerhalb des Griechischen zum festen Begriff geworden ist, sich aber der Bedeutung nach (zeitlich schon vorher) deutlich von Eros und *Philia* unterscheidet.



Das Thema Eros ist schnell abgehandelt, es ist die Art Liebe, von denen die Männer den Frauen im Bett erzählen, um sie "rumzukriegen" oder die von Frauen ausgesprochen wird, wenn sie einen gut aussehenden, potenten und möglichst reichen Mann „einfangen“ wollen. Es geht um Libido, Lustgewinn und evtl. noch um die Erhaltung der Art. Es ist eines der Lebenstriebe des Menschen.

Als *Philia* wird die Art der Liebe bezeichnet, wenn sich zwei Menschen zusammentun, um gemeinsam zu leben, egal ob Mann und Frau oder gleichgeschlechtlich, unabhängig ob es Eheleute oder Lebensabschnittsgefährten sind oder sie sonst in einer Zweier- oder auch Dreierbeziehung stehen.



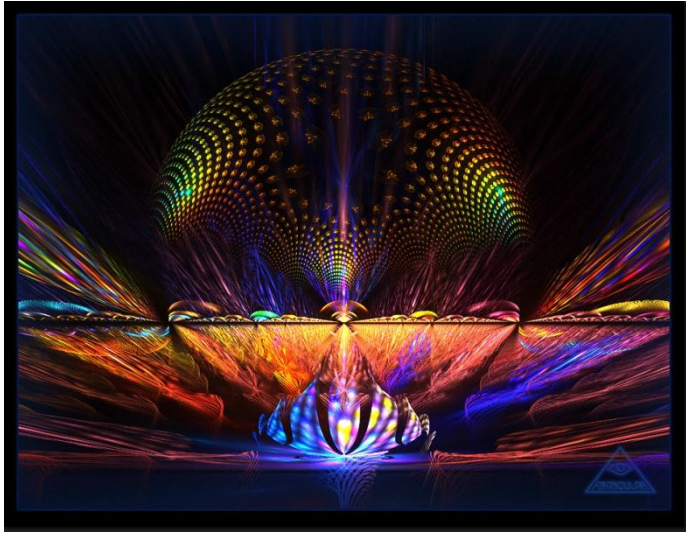
*Philia*, die „gemeine Liebe“, basiert auf beiderseitigem Interesse, beiderseitigem Vergnügen oder auf beiderseitiger Anerkennung, letzteres ist nach Aristoteles die nobelste Form der *Philia*. Es liegt eine Art - in der Regel ungeschriebener – Vertrag zu Grunde. Solange beide Parteien den Vertrag einhalten, hat die Liebe Bestand. Wenn nicht, vergeht sie oder wandelt sich sogar in Hass. Hass

ist das Fehlen von Liebe und liegt daher nah beieinander..

Agape ist anders. Agape hat nichts mit Zuneigung oder beisammen sein wollen zu tun. Agape wächst nicht und sie ist auch nie zu Ende. Sie ist bedingungslos und unauflöslich. „Das gibt’s nicht im wirklichen Leben, höchstens in Büchern!“ werden viele sagen. Dennoch ist das die Liebe, nach der sich jeder sehnt. Akzeptiert zu sein, wie man ist, ein Individuum zu bleiben bei aller Gemeinsamkeit, getrennt zu sein und doch sich verbunden fühlen, nichts zu vermissen und alles zu geben. Das ist Agape, die bedingungslose Liebe zu allem was ist. Sie überwindet das Gefühl der Trennung und ermöglicht die Wiedervereinigung mit dem Tao.



## Agape ist das oberste Ziel der Entwicklung jeder Seele



Die Notwendigkeit für Agape besteht wirklich, und das ist das Ziel. Die anderen [Arten der Liebe] kommen dabei zwar oft in die Quere und verhindern die Entstehung von Agape. Weil die erotische Liebe immer auf etwas physischem und etwas flüchtigem basiert, wird sie immer wie der Wind sein und verfliegen, und eine Illusion sein, oder besser gesagt eine Desillusion, eine Ernüchterung, was tatsächlich noch schlimmer ist, denn das ist eine defekte Illusion.

Es ist selbst für die nur teilweise erwachte Seele einfach zu unterscheiden. Erotische Liebe hat eine Tendenz zur Unbeständigkeit und entgleitet bei der bloßen Andeutung einer nicht erfüllten Erwartung, während Agape keine Erwartungen kennt. Sie verlangt nichts, sie akzeptiert, das ist ihr Kennzeichen.

Gandhi war der Lage zu seinem Meuchelmörder zu sagen: "Gott segne dich" und er hat es auch so gemeint. Das ist Agape.

Und sagt nicht, dass man das nicht schafft. Ihr könnt es, auch wenn es fünfzig Leben dauert, es zu schaffen. Ihr werdet es schaffen, das ist der Grund für Euer Dasein. Dann könnte man es auch dieses Mal versuchen, ihr habt nichts zu verlieren. Wenn Ihr jetzt aufgibt, kann ich Euch lebenslange Zweifel und den immer nagenden Verdacht garantieren, ob Ihr nicht auf dem richtigen Weg wart von etwas Großem und wirklich Fantastischem.“

Agape hat nichts mit Nachgiebigkeit, Unterwürfigkeit, Aufopferung oder gar Hörigkeit zu tun. Es bedarf eines soliden Selbstwertgefühls, das angstfrei ist. Jesus, der Mensch, hat es gepredigt und, ohne Ansehen der Person, andere angenommen. Er wollte Vorbild sein.

Das Ziel ist hochgesteckt, es erscheint uns übermenschlich zu sein. Wenn es einem auch nur bei einem Menschen gelingt, ist das der Anfang. Man kann stets daran arbeiten und sich auch bei „Rückfällen“ immer wieder daran erinnern. Kein Grund für schlechte Gefühle, wenn man es noch nicht erreicht hat.

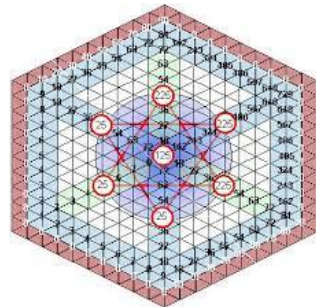
Agape ist nicht bloß eine Idealform der Liebe, wie sie von griechischen Philosophen erdacht wurde. Sie ist möglich, ganz real erlebbar, erfahrbar!

### **Doch was bedeutet "Agape"? Was steht dahinter?**

Obgleich der Begriff der Agape (griechisch *Αγάπη*) erst durch das Neue Testament außerhalb Griechenlands bekannt wurde, ist er doch wesentlich älter. Der Begriff ist schwierig zu übersetzen, am besten wohl mit "jemanden mit Achtsamkeit behandeln". Ich bin achtsam mit etwas oder mit jemandem, wenn ich ihn wertschätze, das Wert-volle ihn erkenne.



Das "Wertvolle in einem Ding, einer Pflanze, einem Lebewesen oder einem Menschen zu erkennen" heißt: Ich sehe die Vollkommenheit, die darin ist. Vollkommenheit heißt: Es übersteigt alles, was verglichen oder bewertet werden kann. ES IST! Und das "es ist", "ICH BIN" ist der Name GOTTES, der auf jedwede Beschreibung, jedweden Vergleich, jedwedes Urteil verzichtet, weil GOTT das Unvergleichbare, Unbeschreibbare ist.



### **Was passiert, wenn wir uns frisch verlieben?**

Wir sehen plötzlich all das Schöne in unserem Partner: Sein Aussehen, seine wundervollen Charaktereigenschaften, seine Fähigkeiten, eben alles, was ihn im Vergleich (!) zu allen anderen Menschen hervorhebt, ihn für uns selbst zu etwas Besonderem machen.

Dieses Erleben des Partners schenkt uns über seinen Spiegel aber auch eine besondere Wertschätzung uns selbst gegenüber: "Wenn ein so wundervoller Mensch zu mir kommt, dann muss ich auch liebenswert, etwas Besonderes sein!"

Für eine kurze Zeit gelingt es uns also, uns selbst zu lieben und anzunehmen, wenn wir frisch verliebt sind.

### **Doch mit dieser Hervorhebung sind zwei Gefahren verbunden:**

1. Ich hebe meinen Partner auf einen Sockel. Er spürt sich nun unter einem enormen Druck, meiner Erwartungshaltung über seine "Vollkommenheit" auch permanent gerecht werden zu können.
2. Meine eigene Selbstliebe ist sehr wackelig: In dem Moment, in dem mein Partner meine Erwartungshaltung nicht aufrecht halten kann und in meinen Augen "abstürzt", stürze ich zusammen mit ihm ab, und mit ihm meine Selbst-Liebe.

Trotzdem, für einen kurzen Moment habe ich mich vollkommen gefühlt. Und - und das ist ganz erstaunlich dabei - ich habe solange auch die ganze Welt als vollkommen empfunden!

Wo liegt nun der "Fehler"?

Der Fehler liegt darin, dass wir den schöpferischen Prozess des Selbstausdrucks umgekehrt haben. Wir SIND vollkommene, geistige Wesen. Damit SIND wir VOLLKOMMEN! Und wir sind HIER, damit wir unsere eigene Vollkommenheit ERFAHRUNGSGEMÄSS kennenlernen können!

**D**er schöpferische Prozess, den wir nutzen können dient also nicht darum, uns immer wieder und wieder zu beweisen, dass wir aus unserer Unvollkommenheit nicht heraus können, sondern er dient dazu, unsere Vollkommenheit zum AUSDRUCK bringen zu können.

### **Merkst Du den Unterschied?**

- Bislang warst Du davon überzeugt, dass Du unvollkommen bist. Irgendwas in Dir hat Dir zwar immer wieder zu vermitteln versucht, dass dies nicht so ist, aber Du glaubtest es einfach nicht. Und so reproduzierst Du immer wieder und wieder Ereignisse, die Dir Deinen (Irr-)Glauben an Deine Unvollkommenheit bestätigen.
- Eigentlich sollte etwas ganz anderes passieren: Du weißt, dass Du VOLLKOMMEN bist! Du willst dies nur noch ERFAHREN! Hierzu hast Du Dir vorgenommen, immer wieder und wieder Ereignisse in Deinem Leben zu erschaffen, welche Dir widerspiegeln, WIE VOLLKOMMEN DU BIST!

### **Was hat dies mit Agape zu tun?**

- Agape ist der innere ZUSTAND, in dem Du Dir Deiner eigenen Vollkommenheit gewahr wirst!

Und - ganz automatisch, ohne dass es dazu irgendeiner Anstrengung bedarf - wirst Du Dir DANN auch der Vollkommenheit der gesamten Schöpfung gewahr!



Wie können wir in den Zustand der Agape gelangen?

Ganz einfach: Indem wir den Prozess wieder umdrehen. Wir WISSEN, dass Gott vollkommen ist. Also muss auch seine Schöpfung VOLLKOMMEN sein! Dies machen wir uns nun zunutze, indem wir unsere ganze Aufmerksamkeit darauf richten, das SCHÖNE und VOLLKOMMENE in ALLEM-WAS-IST zu sehen und zu erkennen! Damit dies möglich ist, müssen wir uns

jeglichen Vergleichs, jeglichen Urteils enthalten.

Und, wir müssen uns in den Zustand der LIEBE begeben (das Wort LIEBE ist hier groß geschrieben, denn es ist hier die Universelle, Bedingungslose LIEBE, die Agape gemeint).

Und so kannst Du leichter in den Zustand der BEDINGUNGSLOSEN, also nicht an irgendwelche Umstände oder Urteile geknüpften LIEBE kommen (AGAPE):

- Erwähne Dich an einen Zustand der Liebe in Deinem Leben, der voller Glück für Dich war
- Atme nun dieses GEFÜHL der Liebe in Dein Herz hinein
- Spüre dabei weiter das Gefühl, die ERINNERUNG der Liebe in Deinem HERZEN
- Nun, wenn Du dieses Gefühl DEUTLICH wahrnehmen kannst, trenne das GEFÜHL von der ERINNERUNG an diese konkrete Situation aus Deinem Leben, atme aber weiter das GEFÜHL der LIEBE ein!
- Verstärke es und atme weiter LIEBE ein. Du wirst sie deutlich in Dir fühlen, ganz losgelöst von allem anderen.
- Physische Empfindungen bei diesem Prozess können sein:
  - Freiheit von jeglichen Gedanken und Bildern
  - Freiheit von jeglichen Ängsten
  - Eine Wärme oder Hitze im Bereich Deines Herzzentrums
  - Leichtigkeit
  - Innere Ruhe und Gelassenheit
  - Licht, strahlendes Licht
  - Reines SEIN
  - ICH BIN
- In diesem Moment bist Du EINS mit GOTT, EINS, mit ALLEM-WAS IST!

Wie Dir eine Gruppe helfen kann, in den Zustand der bedingungslosen LIEBE, der AGAPE zu gelangen

Gerade, wenn Du vielleicht mit einigen Problemen in Deinem Leben zu kämpfen hast, kann es Dir u.U. schwer fallen, LIEBE in Dir zu spüren. Hier kann Dir eine gut eingestellte Gruppe von Gleichgesinnten eine unendlich wertvolle Hilfe leisten, denn durch die Verbindung mit anderen Menschen in der LIEBE ist die Anhebung der eigenen Schwingungsfrequenz in den Zustand des ALL-EINS-SEINS viel leichter. Die Worte von Jesus bringen dies wunderbar zum Ausdruck: "Wo ein oder zwei in meinem Namen versammelt sind, da bin ich mitten unter Euch!".

## Liebe ohne Bedingungen

Ich liebe Dich wie Du bist, während Du auf der Suche bist nach Deiner eigenen besonderen Art, mit der Welt um Dich herum in Beziehung zu treten. Ich ehre Deine Entscheidungen, auf welche Weise Du Deine Lektionen lernen möchtest. Ich weiß, dass es wichtig ist, dass Du genau der Mensch bist, der Du sein möchtest, und nicht der, den ich oder andere erwarten. Es ist mir klar, dass ich nicht weiß, was für Dich das Beste ist, obwohl ich vielleicht manchmal meine, es zu wissen. Ich war nicht dort, wo Du warst, und ich habe das Leben nicht aus Deinem Blickwinkel gesehen. Ich weiß nicht, welche Lernaufgabe Du Dir ausgesucht hast, noch wie oder mit wem Du sie lösen möchtest, noch welche Zeitspanne Du Dir dafür vorgenommen hast.



Ich habe nicht aus Deinen Augen geblickt, wie konnte ich also wissen, was Du benötigst. Ich lasse Dich durch die Welt gehen, ohne Deine Handlungen in Gedanken oder Worten zu beurteilen. Die Dinge, die Du sagst oder tust, betrachte ich nicht als Irrtum oder Fehler. Von meinem Punkt aus sehe ich, dass es viele Möglichkeiten gibt, die verschiedenen Seiten unserer Welt zu betrachten und zu erfahren. Ich akzeptiere rückhaltlos jede Deiner Entscheidungen in jedem beliebigen Augenblick. Ich fälle keinerlei Urteil, denn wenn ich Dir das Recht auf Deine Entwicklung abspäche, so würde ich damit dasselbe auch mir und allen anderen absprechen.

Jenen, die einen anderen Weg wählen als ich, auf den ich vielleicht nicht meine Kraft und Energie lenken würde, werde ich jedoch niemals die Liebe verweigern, die Gott in mich gesenkt hat, damit ich sie der ganzen Schöpfung schenke. Wie ich liebe, so werde ich auch geliebt. Was ich säe, das werde ich ernten. Ich gestehe Dir das universale Recht auf freie Entscheidung zu, Deinen eigenen Pfad zu wandeln und voranzuschreiten oder eine Weile auszuruhen, je nachdem, was für Dich gerade das Richtige ist. I

Ich werde mir kein Urteil erlauben, ob diese Schritte groß oder klein sind, leicht oder schwer, aufwärts oder abwärts führen, denn das wäre nur meine eigene Sichtweise. Es könnte sein, dass ich Dich tatenlos sehe und dies für wertlos halte, und doch könnte es sein, dass Du großen Balsam in die Welt bringst wie Du so

dastehst, gesegnet vom Lichte Gottes. Nicht immer kann ich das größere Bild der Göttlichen Ordnung sehen.

Es ist das unveräußerbare Recht aller Lebensströme, ihre eigene Entwicklung selbst zu wählen und ich anerkenne voll Liebe Dein Recht

Deine Zukunft selber zu bestimmen. In Demut beuge ich mich der Erkenntnis, dass das, was ich für mich als das Beste empfinde, nicht bedeutet, dass es auch für Dich das Richtige sein muss. Ich weiß, dass Du genauso geleitet wirst wie ich und dem inneren Drang folgst, der Dich deinen Pfad erkennen lässt.

Ich weiß, dass die vielen Rassen, Religionen, Sitten, Nationalitäten und Glaubenssysteme in unserer Welt uns großen Reichtum bescheren und uns aus solcher Vielfalt großen Nutzen und viele Lehren ziehen lassen.

Ich weiß, dass wir jeder auf einmalige Weise lernen, wie wir Liebe und Weisheit zu dem großen Ganzen zurückbringen können. Ich weiß, dass – wenn etwas nur auf eine Art getan werden könnte – es hierzu nur eines Menschen bedürfte.

Ich will Dich nicht nur dann lieben, wenn Du Dich so verhältst, wie es meiner Vorstellung entspricht und wenn Du an die gleichen Dinge glaubst wie ich, Du an einem anderen Ort geboren wurdest und an einen anderen Gott glaubst als ich. Die Liebe, die ich fühle, gilt der ganzen Welt Gottes.

Ich weiß, dass jedes lebende Ding ein Teil Gottes ist, und tief drinnen in mir hege ich Liebe für jeden Menschen, jedes Tier, jeden Baum und jede Blume – für jeden Vogel, jeden Fluss und jeden Ozean und für alle Geschöpfe und Wesen in aller Welt. Ich verbringe mein Leben in liebendem Dienst und bin dabei das beste Ich, das ich sein kann. Ich verstehe die Vollkommenheit Göttlicher Weisheit immer ein bisschen mehr und werde immer glücklicher in der Heiterkeit.



# Kapitel 31: Die interpersonelle Ethik

Wir können die Häufigkeit von Fügungen in unserem Leben erhöhen, wenn wir jedem Menschen, der uns begegnet, Freundlichkeit und Inspiration schenken. Wir sollten sorgfältig darauf achten, dass wir in romantischen Beziehungen nicht unsere innere spirituelle Verbindung verlieren. In Gruppen gelingt es besonders gut, andere Menschen zu inspirieren. Kindern freundlich und inspirierend zu begegnen ist wichtig, um ihre Entwicklung zu fördern und ihnen frühzeitig ein Gefühl der Geborgenheit zu vermitteln. Indem wir in jedem Gesicht die Schönheit sehen, helfen wir anderen, zu ihrer vollen Weisheit zu erwachen, und erhöhen die Chance, synchronistische Botschaften zu erhalten.“



Wir erfahren, dass die meisten synchronistischen Ereignisse unseres Lebens durch andere Menschen an uns herangetragen werden. Eine neue spirituelle Ethik im Umgang mit anderen Menschen verstärkt diese Synchronizität.



Da wir nicht mehr miteinander um Energie wetteifern, sondern mit unserer inneren Energiequelle in Verbindung bleiben und uns auf die Schönheit im Gesicht eines anderen konzentrieren, gelingt es uns auch, das höhere Prinzip in unserem Gegenüber



anzuerkennen. Dies wiederum hilft der anderen Person dabei, in Kontakt mit ihrem höheren Selbst zu treten, und erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass sie eine für uns bestimmte und in diesem Augenblick wichtige Botschaft enthüllt

Anderen Energie zuteilwerden zu lassen, ist besonders wichtig innerhalb von Gruppen, in denen einzelne intuitiv das Wort ergreifende Sprecher die Energiezufuhr aller Anwesenden erfahren. Ebenso wichtig ist die neue Ethik im Umgang mit Kindern. Auch in ihnen sollten wir immer das höhere Selbst adressieren und sie dementsprechend integer behandeln. Innerhalb romantischer Beziehungen muss besonders darauf geachtet werden, dass unsere Verbindung zu der inneren Quelle nicht durch euphorische Liebesgefühle ersetzt wird.

**J**eder Mensch tritt aus einem besonderen Grund in unser Leben und hat etwas zu sagen. Es ist lebenswichtig für uns aufmerksam zu bleiben und Leute zu erken-



nen, mit denen wir in Verbindung treten sollen. Wir haben bereits gelernt, wie wichtig es ist, unseren Energielevel anzuheben und unsere Lebensfrage im Auge zu behalten. Nur so kann es uns gelingen, die für unsere Evolution notwendigen Fügungen anzuziehen. Wir müssen besonders auf spontanen Augenkontakt achten und auf das Gefühl, jemand Bekannten zu be-

gegnet. erinnert uns die Person an jemanden, so sollte dies ein Anlass sein, den Grund für die Begegnung herauszufinden.

Wie kann die betreffende Person uns bei der Klärung unserer augenblicklichen Fragen behilflich sein?

Während uns die in scheinbar zufälligen Begegnungen verborgenen Gelegenheiten bewusst werden, müssen wir uns gleichzeitig darin üben, Kontroll-Dramen zu vermeiden, um nicht durch Machtkämpfe am Erkennen der für uns bestimmten Botschaft gehindert zu werden. Nachdem wir gelernt haben, ein Drama zu erkennen und anzusprechen und vermehrt in der Gegenwart zu leben, werden wir immer weniger dazu neigen, ergänzende Kontroll-Dramen zu liefern.

Indem wir der hinter dem Drama existierenden Person freiwillig so viel Energie wie möglich zu kommen lassen, verstärken wir die Wahrscheinlichkeit, bedeutsame Botschaften zu erhalten.

Mit zunehmender spiritueller Entwicklung werden wir dazu übergehen, Gruppen von Gleichgesinnten zu bilden. Einige tun dies bereits, indem sie in Gruppen an den Erkenntnissen arbeiten. Hat jedes Mitglied einer Gruppe den Vorsatz, die anderen Mitglieder spirituell zu ermutigen, so können sich erstaunliche Dinge ereignen. Gemeinsame Arbeit erhöht die feinstoffliche Schwingung aller Beteiligten. Weisheit und heilende Kräfte werden verstärkt, da wir durch die Gruppe zu mehr werden, als zur bloßen Summe der versammelten Individuen.

Der Schlüssel zur Gruppenarbeit liegt darin, nicht befangen zu werden. Deshalb ist es wichtig, dass jedes Mitglied über eine klare, von Kontroll-Dramen freie Energie verfügt.

Während der Zeit, in der du nicht sprichst, sollte deine Energie an denjenigen fließen, der gerade spricht oder sprechen will.

**W**ir werden daran erinnert, dass jeder von uns seine eigene Evolution behindern kann, indem er versucht, sich Energie durch eine andere Person statt durch die eigene Verbindung mit dem Göttlichen zu schaffen. Verlieben wir uns, so fühlen wir uns z.B. aufgeladen, mit einem Mal erscheinen uns alle Dinge als besonders – die Farben sind heller, wir fühlen uns intelligenter und attraktiver, das Leben scheint wieder vielversprechend. Um mehr von dieser leichten Energie zu besitzen und die Verbindung zu dem Gefühl nicht zu verlieren, beschließen wir, die magische Person, die dieses Gefühl ausgelöst hat, zu einem Bestandteil unseres Lebens zu machen. Limitieren wir unsere Energiezufuhr jedoch auf die betreffende Person, so unterbrechen wir die Verbindung zur universellen Quelle und erwarten von der anderen Person die Befriedigung unserer Energiebedürfnisse.

**G**ewöhnlich identifiziert sich ein Kind leichter mit der Energie des eigenen Geschlechtes, da diese leichter zu integrieren ist. Ein junges Mädchen wird auf ihre femininen Qualitäten seiner Mutter ansprechen und sich instinktiv zu seinem Vater hingezogen fühlen, um so eine Entsprechung des eigenen Geschlechtes zu finden und dadurch zu einem einheitlichen Wesen zu reifen. Dieser Prozess verschafft dem kleinen Mädchen ein euphorisches Gefühl der Komplettheit. Umgekehrtes gilt für ein Kind mit maskulinen Geschlechtsmerkmalen.

Durch ein wahrhaftiges Erkennen seiner Person, wird es ihr schließlich möglich, diese Energie in sich selbst zu finden. Würde das Kind die Aufmerksamkeit und Energie beider Eltern erhalten, woraus es folgen könnte, dass ihm immer genügend Energie zu Verfügung steht und dass das Kind es somit nicht nötig hat, Kontroll-dramen zu entwickeln. Die Erfahrung, zu jedem Zeitpunkt über ausreichend Ener-

gie zu verfügen, verleiht dem Kind das Gefühl, autark und für das eigene Leben verantwortlich zu sein. Durch diese Erfahrung fällt es dem Kind leichter, von der elterlichen Energiezufuhr zu der Versorgung aus der universellen Quelle überzugehen. Wie wir jedoch wissen, sind viele Familien nicht in der Lage, ausreichend Energie für die Kinder zur Verfügung zu stellen. In diesem Fall haben die Kinder keine andere Wahl, als um emotionale Energie zu konkurrieren. Wird ein Kind weiterhin vernachlässigt oder kritisiert, verstärkt sich die Erfahrung des Energiemangels ebenso wie der Kampf um Aufmerksamkeit und die Anwendung von Kontroll-Dramen



Wir werden noch einmal daran erinnert, dass wir im Begriff sind, eine neue spirituelle Generation in die Welt zu setzen, uns unser Bewusstsein über die spirituellen Aspekte der Elternschaft stärken sollten. Es ist wichtig, dabei nicht zu vergessen, dass jedes Kind seine eigene Lebensaufgabe mit in diese Welt bringt.

**A**nhand dieser Erkenntnis erfahren wir ebenfalls, dass wir selbst allein in der Lage sein sollte, uns wohlzufühlen, ja selbst Euphorie zu empfinden. Gelingt es uns, bewusst und aus eigener Kraft in Verbindung mit der universellen Energie zu treten, so ist die Vereinigung von männlicher und weiblicher Energie erreicht. Wir sind durch uns selbst zu einem kompletten Kreis geworden.



Universelle Energie ist der Treibstoff unseres Lebens und ist in jedem Molekül und Atom enthalten. Es ist die Energie die den gesamten Kosmos umgibt, ihn bewegt, durchströmt, ihn mit Intelligenz erfüllt, es ist das göttliche Bewusstsein.

Das Ziel eines jeden Menschen, ob er sich dessen bewusst ist oder nicht - ist die Einheit mit der Ur- Energie. Es ist ein Zustand und ist die

Quelle von Raum und Zeit, von Energie und Materie. Es ist die Quelle des

menschlichen Lebens und die Quelle von Glückseligkeit, Freude, Liebe und Gesundheit.

Der Körper als ein Energiesystem befindet sich in einer ständigen energetischen Wechselwirkung mit seiner Umgebung. Alle Menschen, Tiere und Pflanzen reagieren auf Energien und Kräfte, die sie umgeben und auf sie einwirken.

Universelle Energie ist die natürliche Lebensenergie aus dem Universum. Sie ist die essentielle Nahrung die Körper- Geist - und Seele versorgt, ohne dies unser Dasein nicht möglich wäre.



Die Lebensenergie kommt sowohl aus der Erde, als auch aus dem Universum und durchströmt uns in ihrer Verbindung als universelle Lebenskraft von unten und oben.

Die universelle Energie unterstützt und stabilisiert im Normalfall die Gesundheit

auf dem körperlichen und geistigen Weg, stellt die Leistungsfähigkeit wieder her, löst Energieblockaden und unterstützt die Zellheilung nach Krankheiten, Operationen und Verletzungen. Dies ist ein natürlicher Vorgang und geschieht automatisch, ohne dass es dem Menschen bewusst wird. Es sind die sogenannten Selbstheilungskräfte die jeder Mensch besitzt.

Wenn der Mensch aus seinem Biorhythmus kommt, durch Emotionen oder Trauma, kann die Bioenergie nicht durch sein Energiefeld frei fließen und sein Energiesystem kommt aus dem Gleichgewicht und er blockiert damit sein Selbstheilungssystem.

Unser physischer Körper, den wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, besitzt mehrere Schichten anderer Energiekörper und durch alle diese Schichten fließt universelle Energie von den höchsten, verfeinerten subtilen Körpern bis in den physischen materiellen Körper hinein.

Universelle Energie enthält alle physikalischen Formen und Frequenzen und ist ständig bemüht eine Ausgewogenheit und Harmonie in unseren Energiekörpern (Matrix) herzustellen.

## Kapitel 32: Heilungen Transformationen

**W**ir sehen immer deutlicher, dass unsere körperliche Gesundheit im hohen Maße von geistigen Vorgängen bestimmt wird: was wir über das Leben und besonders über uns denken und zwar sowohl bewusst als auch unbewusst. Damit befinden wir uns in einer fundamentalen Umwandlung. Früher war der Arzt der Fachmann und Heiler, und der Patient ein passiver Empfänger, der hoffte, dass der Doktor wusste, was er tat. Heute wissen wir, dass die innere Einstellung des Patienten ausschlaggebend ist. Eine der wichtigsten Krankheitsfaktoren ist Angst, verknüpft mit Stress, und die Art, wie wir damit umgehen. In manchen Fällen wird die Angst bewusst



erlebt, aber vielfach wird sie vollkommen unterdrückt. Das ist tapfere Machohaltung. Du leugnest dein Problem, weist es von dir und gibst dich heroisch. Mit dieser Einstellung frisst die Angst uns unbewusst immer wieder auf. Eine positive Sichtweise ist sehr wichtig, wenn wir gesund bleiben wollen, aber diese Haltung muss mit vollem Bewusstsein eingenommen werden kann nur durch Liebe, nicht durch aufgesetzte Furchtlosigkeit zu einem vollen Heilerfolg führen. Unsere uneingestanden Ängste blockieren den Energiefluss in unserem Körper so dass diese Blockierungen letztlich zu Gesundheitsproblemen werden.

**W**ir müssen dazu übergehen Visualisierungstechniken zur Heilung von körperlichen Leiden einzusetzen. Heilung vollzieht sich durch den gleichen Prozess, durch den sich unser Leben manifestiert. Wenn die Wissenschaft einen Wirkstoff entdecken würde, der sich positiv auf die menschliche Gesundheit auswirkt wie Liebe, würde er als medizinischer Durchbruch gefeiert und über Nacht auf den Markt gebracht werden. Insbesondere wenn es so wenige schädliche Nebenwirkungen hätte wie die Liebe und zudem auch noch kostenlos wäre. Eine Untersuchung von 10.000 Männern, die an Herzerkrankungen litten, zeigt eine 50-

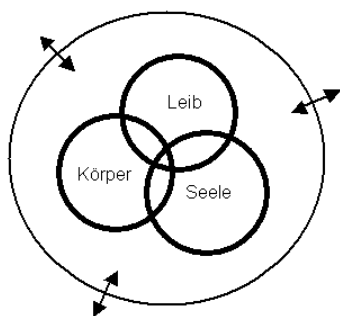
prozentige Reduktion in der Häufigkeit des Auftretens von Schmerzen im Brustbereich bei denen, die ihre Frauen als liebevoll und hilfreich empfanden.

Wenn wir in der Lage sind zu erkennen, woran worin die Aufgabe der Menschheit besteht, ein spirituelles Leben in einer materiellen der materiellen Welt zu führen, heilen wir die negative Wirkung die wir aufeinander und auf die Natur haben.

Ein sich rasch entwickelnde Aspekt Alternativer Medizin ist die Bio energetischer Heilung, welche die Ursachen von Krankheit und Gesundheit in den inneren Dynamik des Körpers- Geist-Komplexes sucht. In der traditionellen Schulmedizin ausgebildete und praktizierende Ärzte können es sich nicht länger erlauben, uralte Heilmethoden wie beispielsweise intuitive Diagnosen zu ignorieren. Die tiefe Verbindung zwischen Seele und Körper ist vermutlich der gewichtigste Gesundheitsfaktor. Wir müssen die menschliche Fähigkeit, sich durch Zugang zu den eigenen körperlichen, mentalen emotionalen und spirituellen Quellen selbst zu heilen wieder erlernen.



**S**owie unser Herz den Körper in Gang hält, existiert eine nicht lokale Intelligenz, die dafür sorgt dass unser Herz sich in Synchronizität mit einem universellen Bewusstsein befindet. In diesem Sinn haben wir ein Herz des Körpers sowie ein höheres universelles Herz, und unser Zugang zu Letzteren ist im Wesentlichen



**Lebensqualität**

abhängig von der Entwicklung des Ersteren. Sowie die im menschlichen Hirn bestehenden Intelligenz zu spezifischen Fähigkeiten führen, bezieht das Herz Kraft von einer höheren Ordnung aus dem Bereich der Erkenntnisintelligenz. Diese höherstehenden Ordnungen haben keine bestimmte Form, sondern äußern sich in Allgemein sondern äußern sich als allgemeine Bewegung zum Wohlergehen und zur Ausgewogenheit des Hier und Geist Körper Komplexes und seiner Tätigkeiten.

Angenehme Zusammenkünfte mit unseren Lieben oder Mitarbeitern führen einen

positiven Effekt auf das Immunsystem aus, der tagelang anhalten kann. Negative Interaktion schwächen unser Immunsystem, wegen mir doch nicht solange nach wie die positiven. In keinem anderen Lebensbereichen die gegenwärtigen Bewusstseinsveränderung so offensichtlich wie auf dem Gesundheitssektor. Wir sind immer weniger gewillt, die dir die Diagnose als letzte Weisheit und als einzige Möglichkeit zu akzeptieren. Wir erkennen dass unsere Gesundheit ebenfalls der eigenen Verantwortung unterliegt.

Am tödlichsten ist Stress, wenn wir glauben keine oder nur wenige Kontrolle über die Umstände zu haben zum Beispiel in einer unflexiblen Arbeitswelt. Deshalb hat die spirituelle Arbeit, die wir leisten, um uns der mystischen Natur des Lebens bewusst zu werden und die wahre Natur von Synchronizitäten zu erkennen, einen direkten positiven Einfluss auf unseren physischen und emotionalen Körper.

Mehr Neugier und weniger Schuldzuweisung, und schon eröffnet sich uns neue Möglichkeiten. Dieser Geisteszustand ist der Gesundheit am zuträglichen. Je mehr wir erkennen lernen dass wir unsere Lebenssituation zum größten Teil selbst schaffen, desto mehr Kraft werden wir erhalten, die uns bei der Erfüllung unserer ursprünglichen Geburtsvision helfen wird.



Wir müssen uns daran erinnern, dass unser eigener körperlicher und emotionaler Beitrag zur Genesung Kräfte in uns weckt, die auch in anderen Bereichen motivierend wirken und produktiv eingesetzt werden können. Diese Idee ist, dass wir tief im Inneren wissen, wie und was wir zu unserer Selbstheilung beitragen müssen, sowohl physisch auch als emotional. Mit ausreichender Energie kann alles geheilt werden, der Hass, die Gewalt, alles. Man muss sich nur auf die richtige Vision besinnen.



Wir müssen dazu in der Lage sein eine Technik zu entwickeln, die sowohl einen stabilisierenden Effekt auf uns hat als auch dazu dient, die hereinkommenden Informationen zu integrieren und das ganze dazu auch noch Spaß macht. Heutzutage sind wir mehr als je zuvor in der Lage, die längerfristige Entwicklung des Menschen mithilfe der Wissenschaft zu verstehen und zu steuern. Noch nie zuvor hat es einen derartigen Reichtum an wissenschaftlichen fundiertem Wissen über das Wandlungsvermögen der menschlichen Natur gegeben. In Kombination mit Überlieferungen und der Inspiration aus den Quellen spiritueller Traditionen erhält die menschliche Rasse zum ersten Mal die Möglichkeit, in ihrer Evolution einen riesigen Schritt nach vorne zu machen.

All diesen liegt die These zu Grunde, dass selbst Durchschnittsmenschen mit hektischen Alltagsleben in der Lage sind, außergewöhnliche Fähigkeit zu entwickeln, solange sie;

1. regelmäßig praktizieren
2. die Bedürfnisse des Körpers, des Geistes, der Emotionen und der Seele durch entsprechende Ernährung, sportliche Betätigung, Lesen und Gemeinschafts Aktivitäten, Gruppenprozesse und Meditation befriedigen.
3. dazu im Stande sind, die wesentlichen Vorteile, die eine derartige Praxis bietet, zu genießen

Bevor wir diesen Prozess starten muss sich unser Körper mit dem Geist in Einklang befinden wir benutzen zum Einklang diesen ganzen diese folgende Affirmation:



Mein Wille befindet sich im Einklang mit dem göttlichen Willen des Universums. Es gibt keinerlei Blockierung. Alles fließt in meine Richtung und durch mich hindurch; Liebe, Gesundheit, Wohlstand, Erfolg und Kreativität.

Mit jedem Kreislauf den Sie aus sich heraus verlegen, erhöhen Sie den Zeitaufwand, dessen es bedarf, jeden etwas in ihrem Leben zu manifestieren. Mit jedem Kreislauf, den sie in sich behalten, erhöht sich die Häufigkeit von Synchronizitäten und spontaner Kreativität. Wir sollten dazu übergehen die transformierenden Eigenschaften des Schreibens über Gefühle in unser tägliches Leben mit einzubinden das bedeutet. Schreiben Sie alles auf!

Wenn Sie vor einer besonderen Herausforderung stehen, Schreiben Sie alles nieder, was an Gefühlen über die betreffende Situation in ihrem Inneren auftaucht. Achten jedoch dabei darauf, dass jeweils nur eine Herausforderung bzw. ein Problem zu beschreiben. Schreiben Sie für 20 Minuten am Tag, fünf Tage lang. Dann denken Sie nicht mehr über die augenblickliche Situation nach, überlassen Sie dem Universum, bei der Lösung zu helfen achten Sie darauf, was in den nächsten Monaten passiert bei Verletzungen und Krankheiten:



- 1. Beruhigen Sie ihren Verstand, indem Sie mehrere Minuten tief durchatmen.**
- 2. Erinnern sich an ihre letzte Krankheit oder Verletzung.**
- 3. Als Sie die ersten Symptome vernommen oder von ihrer Erkrankung das erste Mal gehört haben, für wie ernst hielten sie ihre Krankheit?**
- 4. Weshalb haben sich Krankheit oder Unfall Ihrer Meinung nach geeignet? Ihre Haltung gegenüber dieser Frage kann ein Effekt aus ihrer Heilung haben.**
- 5. Womit haben Sie sich direkt vor dem Unfall oder der Krankheit beschäftigt?**
- 6. Woran haben Sie gerade vor dem Auftreten der Gesundheitsprobleme gedacht?**
- 7. Welche anderen Erinnerungen haben sie in Bezug auf Krankheit oder Verletzung? Werden Sie an Probleme aus der Vergangenheit erinnert? Schreiben Sie Ihre Erinnerung auf, egal wie unwichtig sie ihn erscheinen mögen**
- 8. Woran hindert Sie diese Verletzung oder Krankheit? Am Tun, sein oder haben?**
- 9. Wozu wird Ihnen die Krankheit verhelfen?**
- 10. Welchen Nutzen ziehen Sie aus dem Vorfall?**
- 11. Auf welche Weise beziehen sie Kraft und Energie aus diesem Problem? Ich erhalte Mitleid. Ich fühle mich besonders oder wichtig. Ich muss nicht arbeiten, kann mich um die Kinder kümmern usw.**
- 12. Welche Furcht verbindet sich für Sie mit dem betreffenden Problem? (Sie sich bei der Beantwortung dieser Frage was in Betracht, dass die verwurzelte Furcht auf das Resultat aus einem Vorleben sein kann.**
- 13. Visualisieren Sie die Furcht als dunkle Energieblock, der sich irgendwo in ihrem Energiefeld befindet. Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit ab diesem Punkt.**

**14. Umgeben sich umgeben Sie sich mit so viel Licht und liebevoller Energie wie möglich und richten Sie beides auf den gemeinsamen Punkt der Blockade.**

**15. Senden Sie bewusst heilende Energie an die schmerzende Stelle in Ihrem Körper. Richten Sie ihre Intention darauf dabei darauf, dass die Liebe sämtliche Zellen an dieser Stelle transformieren und in einem Zustand versetzen wird, der es ihnen wieder möglichst perfekt zu funktionieren.**

**Die wahre Heilung findet statt, wenn wir eine neue, aufregende Zukunft für uns voraussehen. Es ist die Inspiration, die uns bei guter Gesundheit hält**

**Übungen für die Intention und Aufmerksamkeit**

**Denken Sie an die Dinge, die Sie gerne noch erleben und die Aufgaben diese gerne noch erledigen möchten und überlegen Sie, was Sie auf dieser Welt am liebsten hinterlassen würden. Versuchen Sie, einige Ihrer Träume in Form von Nachrufen auf einen besten Freund zu verfassen.**

**Schreiben Sie einen kurzen Artikel für die Zeitung, so als hätten sie eine Auszeichnung für herausragende Verdienste bekommen.**

**Ihre Träume und Ziele helfen Ihnen dabei, sich daran zu erinnern wir Sie sind. Lesen Sie ihre Aufzeichnung alle paar Tage wieder durch und achten Sie verstärkt auf Entwicklungen, die auf das Auftauchen neuer Möglichkeiten und synchronisiert lebten zur Verwirklichung Ihrer Lebensziele hindeuten könnten.**

# Geometrie und Energie

## Kapitel 33: Die Hermetische Philosophie

Die grundlegenden esoterischen und okkulten Lehren, welche seit mehreren tausend Jahren die Philosophien aller Rassen, Nationen und Völker so stark beeinflusst haben, sind vom alten Ägypten gekommen. Ägypten, die Heimat der Pyramiden und der Sphinx, war der Geburtsort der verborgenen Weisheit und der mystischen Lehren. Von seiner Geheimlehre haben alle Nationen geborgt.



Indien, Persien, Chaldäa, Medea, China, Japan, Assyrien, das alte Griechenland und Rom und andere alte Länder nahmen an dem Fest der Wissenschaften teil, welches die Hüter höheren Wissens und Meister aus dem Lande der Isis freigebig bereiteten. Die ägyptischen Meister ließen freilich nur solche daran teilnehmen, die dazu vorbereitet waren, von den großen Schätzen an mystischem und okkultem Wissen zu genießen, von diesen Schätzen, welche die Meister dieses alten Landes gesammelt hatten. Im alten Ägypten wohnten die großen Schüler und Meister, die seit den Tagen des Großen Hermes selten erreicht und niemals übertroffen wurden.

In Ägypten wohnte die Große Loge der Logen der Mystik. Ihre Tempel Tore wurden von den Neophyten betreten, die dann als Hierophanten, Adepten und Meister an alle vier Enden der Welt reisten und das kostbare Wissen mit sich trugen, das sie gerne an Würdige weitergeben wollten. Alle Schüler des Okkultismus anerkennen es, dass sie tief in der Schuld dieser ehrwürdigen Meister des alten Ägypten stehen.

Einmal aber weilte unter diesen großen Meistern des alten Ägypten einer, von dem sie als "dem Meister der Meister" sprachen. Dieser Mann - wenn er wirklich ein Mensch war - wohnte in den frühesten Zeiten in Ägypten. Er war als Hermes Trismegistus bekannt. Er war der Vater der okkulten Weisheit, der Begründer der Astrologie, der Entdecker der Alchimie. Die Einzelheiten seiner Lebensgeschichte sind während der langen Jahrtausende verloren gegangen. Aber mehrere alte Länder stritten sich um die Ehre, sein Geburtsland zu sein und dies schon vor Tausenden von Jahren.



Die Zeit seines Aufenthaltes in Ägypten ist nicht bekannt, man verlegt sie aber in die Tage der ältesten Dynastien Ägyptens lange vor Moses Zeiten. Die größten Autoritäten sehen ihn als einen Zeitgenossen Abrahams an und manche jüdische Traditionen gehen so weit, zu behaupten, dass Abraham einen Teil seines mystischen Wissens von Hermes erhalten habe.

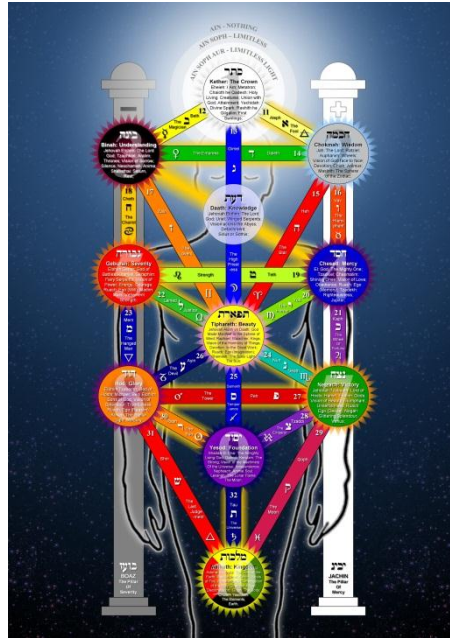
Als die Jahre nach seinem Scheiden von diesem Daseinsplan vergingen (die Überlieferung erzählt, dass er dreihundert Jahre im Körper lebte), vergötterten die Ägypter Hermes und machten ihn unter dem Namen Thoth zu einem ihrer Götter, und nannten ihn "Hermes, den Gott der Weisheit". Die Ägypter verehrten ihn durch viele Jahrhunderte, ja Jahrtausende, nannten ihn den "Schriftgelehrten Gottes" und wendeten für ihn ausdrücklich seinen alten Titel "Trismegistus" an, was bedeutet "Der Dreimal Große", der "Große Große", der "ganz Große" usw.

In allen alten Ländern wurde der Name des Hermes Trismegistus, der gleichbedeutend ist mit "Quelle der Weisheit", verehrt. Sogar noch heute gebrauchen wir den Ausdruck "hermetisch" in dem Sinne von "geheim", "so fest verschlossen, dass nichts entweichen kann" und dergleichen.

Und dies deswegen, weil die Anhänger des Hermes immer den Grundsatz der Geheimhaltung ihrer Lehren hochhielten. Sie warfen nicht "Perlen vor die Säue", sondern hielten an der Lehre "Milch für Säuglinge, Fleisch für starke Männer" fest. Beide Sätze sind den Lesern der christlichen Schriften bekannt, beide Sätze aber

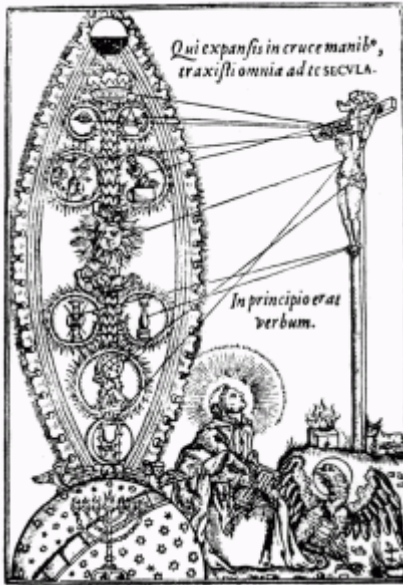
wurden schon Jahrhunderte vor der christlichen Zeit im alten Ägypten angewendet. Und diese Politik der Vorsicht in der Verbreitung der Wahrheit hat die Hermetiker zu allen Zeiten charakterisiert, auch noch in unseren Tagen.

Die hermetischen Lehren kann man in jedem Land, in jeder Religion finden, niemals aber identifiziert mit einer einzelnen religiösen Sekte. Dies ist deshalb so, weil die alten Lehrer immer davor warnen, die Geheimlehre in einem Glaubensbekenntnis erstarren zu lassen. Für jeden Geschichtsforscher ist die Weisheit dieser Vorsicht offenkundig. Der alte Okkultismus Indiens und Persiens degenerierte, weil die Lehrer zu Priestern wurden und Theologie und Philosophie vermengten mit dem Ergebnis, dass der Okkultismus Indiens und Persiens sich nach und nach in den Massen des religiösen Aberglaubens, der Kulte, der Glaubensbekenntnisse und der "Götter" verlor.



Ebenso war es im alten Griechenland und Rom. So war es auch mit den hermetischen Lehren der Gnostiker und der ersten Christen; sie gingen zur Zeit Konstantins verloren. Konstantin erstickte die Philosophie durch die Theologie. So verlor die christliche Kirche ihr wahres Wesen und ihren wahren Geist und musste sich durch mehrere Jahrhunderte tasten, ehe sie den Weg zum alten Glauben zurückfand.

Alle aufmerksamen Beobachter bemerken die Anzeichen dafür, dass die Kirche nun kämpft, um ihre alten mystischen Lehren zurückzuerhalten. Aber es hat immer einige treue Seelen gegeben, welche das Licht erhielten, es sorglich pfl egten und nicht verlöschen ließen. Dank diesen starken Herzen, diesen furchtlosen Geistern besitzen wir noch heute die Wahrheit. Diese Wahrheit ist jedoch nur selten in Büchern zu finden. Sie wurde vom Meister zum Schüler, vom Eingeweihten zum Neophyten von Mund-zu-Ohr weitergegeben.



Wenn sie überhaupt niedergeschrieben wurde, dann wurde ihre Bedeutung unter alchimistischen und astrologischen Ausdrücken so verschleiert, dass nur derjenige, der den Schlüssel besaß, sie richtig lesen konnte. Diese Verschleierung war wegen der Verfolgung seitens der mittelalterlichen Theologen notwendig, welche die Geheimlehre mit Feuer und Schwert bekämpften, mit Marterpfählen, Galgen und Kreuz. Noch heutzutage kann man nur wenige zuverlässige Bücher über die hermetische Philosophie finden, obwohl in vielen Büchern aus den verschiedensten Phasen des Okkultismus sehr oft darauf Bezug genommen wird.

Und doch ist die hermetische Philosophie der einzige Meisterschlüssel, welcher alle Tore der okkulten Lehre öffnen wird. In frühen Zeiten gab es eine Sammlung gewisser grundlegender hermetischer Lehren, vom Lehrer dem Schüler mitgeteilt, welche als *"Das Kybalion"* bekannt war. Die genaue Bedeutung dieses Wortes ist seit Jahrhunderten verloren gegangen. Diese Lehren jedoch sind vielen bekannt, denen sie im Lauf der Jahrhunderte mündlich überliefert worden sind.

So viel wir wissen, sind Kybalions Regeln niemals niedergeschrieben oder gedruckt worden. Das Kybalion war nur eine Sammlung von Maximen, Axiomen und Regeln, die jedem Außenstehenden unverständlich waren, sie wurden aber von den Schülern wohl verstanden, nachdem all die Axiome, Maxime und Regeln den Neophyten von den Eingeweihten erklärt und erläutert worden waren. Diese Lehren bildeten tatsächlich die Grundlagen für die "Kunst der hermetischen Alchimie" welche - im Gegensatz zu den allgemeinen Ansichten - in der Bemeisterung der mentalen Kräfte bestand, viel mehr als in der Beherrschung der materiellen Elemente.

Die hermetische Alchimie bestand in der Transmutation von mentalen Schwingungen in andere Schwingungen, nicht in der Umwandlung einer Metallart in ein anderes Metall. Die Legende vom "Stein der Weisen", welcher niedere Metalle in Gold verwandeln sollte, war eine Allegorie der hermetischen Philosophie, die von allen Studenten der wahren Hermetik wohl verstanden wurde. In diesem kleinen Buch fordern wir die Schüler auf, die hermetischen Lehren zu untersuchen - die Lehren, die im Kybalion enthalten sind und von uns erklärt werden, von uns bescheidenen Schülern der Lehre.





## *Die sieben „hermetische Prinzipien“ des Kybalion*

- 1. Das Prinzip der Geistigkeit:** Das All ist Geist, das Universum ist geistig.

**D**ieses Prinzip enthält die Wahrheit: "Alles ist Geist". Es erklärt, dass das All - die substantielle Realität ist, welche allen äußeren Manifestationen und Erscheinungen zugrunde liegt. Diese kennen wir unter den Bezeichnungen "materielles Universum", "Erscheinungsformen des Lebens", "Materie", "Energie". Alles, was für unsere materiellen Sinne in Erscheinung tritt



– wie dass das All oder sagten wir Geist, der selbst unerkennbar und unerklärbar ist, der aber als universaler, schöpferischer Geist angesehen werden kann. Das erklärt auch, dass die ganze Erscheinungswelt oder das Universum nur eine geistige Schöpfung des Alls ist, unterworfen den Gesetzen aller geschaffenen Dinge, und dass das Universum

als Ganzes und auch in seinen Teilen und Einheiten seine Existenz im Geiste des Alls hat, in welchem Geiste wir "leben, uns bewegen und unser Dasein haben". Dieses Prinzip erklärt, indem es die geistige Natur des Universums festlegt, leicht all die verschiedenen geistigen und seelischen Phänomene, die die öffentliche Aufmerksamkeit in so großem Maße beschäftigt und die ohne solche Erklärung unverständlich sind und sich wissenschaftlicher Behandlung entziehen. Das Verständnis dieses großen hermetischen Prinzips der Geistigkeit befähigt den Menschen, die Gesetze des geistigen Universums leichter zu begreifen und sie zu seinem Wohlbefinden und Vorwärtskommen anzuwenden. Mit dem Hauptschlüssel in der Hand kann der Schüler viele Tore des geistigen und psychischen Tempels des Wissens öffnen und ihn frei und verständnisvoll betreten. Dieses Prinzip erklärt die wahre Natur von "Energie", "Kraft", "Stoff" und warum und wie sie alle der Herrschaft des Geistes unterworfen sind. Vor langer Zeit schrieb einer der hermetischen Meister: "Derjenige, der die Wahrheit der geistigen Natur des Universums begreift, ist weit auf dem Wege zur Meisterschaft fortgeschritten."

## 2. Das Prinzip der Analogie (Entsprechung): "Wie oben, so unten; wie unten, so oben." Das Kybalion

Dieses Prinzip enthält die Wahrheit, dass es immer eine Übereinstimmung zwischen den Gesetzen und Erscheinungen auf den verschiedenen Plänen von Sein und Leben gibt. Das alte hermetische Axiom heißt: "Wie oben, so unten; wie unten, so oben." Das Erfassen dieses Prinzips gibt uns die Mittel zur Lösung vieler dunkler Paradoxe und verborgener Naturgeheimnisse. Es gibt Pläne jenseits unseres Erkennungsvermögens; wenn wir aber das Prinzip der Entsprechung anwenden, können wir viel verstehen, was uns sonst unerkennbar bliebe.



Dieses Prinzip kann allgemein angewendet werden, es offenbart sich überall auf den verschiedenen Plänen des materiellen, des mentalen und des spirituellen Universums, es ist ein universales Gesetz. Die alten Hermetiker betrachteten es als eines der wichtigsten mentalen Mittel, durch welche der Mensch die Hindernisse beseitigen kann, die das Unbekannte seinen Blicken verbergen. Wenn man dieses Prinzip anwendet, kann es einem gelingen, sogar den Schleier der Isis so weit zu lüften, dass ein Schimmer vom Antlitz der Göttin erhascht werden kann.

Ebenso wie die Anwendung der geometrischen Lehrsätze den Menschen befähigt, von seiner Sternwarte aus ferne Sonnen und ihre Bewegungen zu messen, so kann der Mensch mit Hilfe eines Prinzips der Entsprechungen intelligent vom Erkannten auf das Unbekannte schließen. Wenn er die Monade studiert, versteht er die Erzengel.

3. **Das Prinzip der Polarität:** Alles ist zweifach, alles hat zwei Pole; alles hat seine zwei Gegensätze; Gleich und Ungleich ist dasselbe. Gegensätze sind ihrer Natur nach identisch, nur im Grad verschieden; Extreme begegnen einander; alle Wahrheiten sind nur Halb-Wahrheiten; alle Paradoxa können in Übereinstimmung gebraucht wenden."



**D**ieses Prinzip enthält die Wahrheit, dass "alles zweifach ist", dass "alles zwei Pole hat", dass "alles seine zwei Gegensätze hat". Alle diese Sätze sind alte hermetische Axiome. Das Prinzip erklärt die alten Paradoxe, die so viele Menschen verblüfft haben, indem sie feststellen, "Thesis und Antithesis sind ihrer Natur nach identisch, nur im Grad verschieden"; "Gegensätze sind dasselbe, sie unterscheiden sich nur im Grad";

"Jedes Paar von Gegensätzen kann in Übereinstimmung gebracht werden"; "Extreme begegnen sich"; "Alles ist und ist nicht zu gleicher Zeit"; "Alle Wahrheiten sind nur Halbwahrheiten"; "Jede Wahrheit ist halb falsch"; "Jedes Ding hat zwei Seiten" usw. usw.

Es erklärt, dass alles zwei Pole oder entgegengesetzte Aspekte hat, dass Gegensätze in Wirklichkeit nur die zwei Extreme desselben Dinges sind mit vielen verschiedenen Graden zwischen den beiden.

Um dies zu erläutern: Hitze und Kälte, obwohl "Gegensätze", sind tatsächlich dasselbe, die Unterschiede bestehen nur in den Graden eines und desselben Dinges. Schau auf dein Thermometer und suche den Punkt zu entdecken, bei dem "Hitze" endet und "Kälte" beginnt! Es gibt keine absolute Hitze oder absolute Kälte - die zwei Ausdrücke Hitze und Kälte bezeichnen nur verschiedene Grade desselben Dinges, und dieses selbe Ding, welches als Hitze und Kälte erscheint, ist nur eine Form, eine Variation und ein Grad von Schwingung. So sind Hitze und Kälte ein-

fach die zwei Pole von dem, was wir Wärme nennen - und die hiervon abhängenden Erscheinungen sind Äußerungen des Prinzips der Polarität.



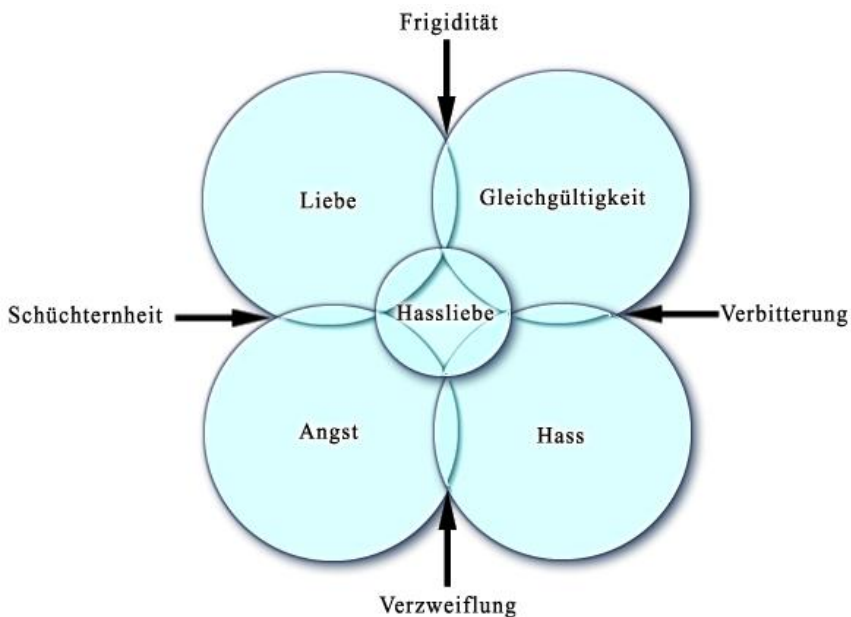
Das gleiche Prinzip äußert sich auch im Falle von "Licht und Dunkelheit", welche dasselbe sind; die Unterschiede bestehen nur in den verschiedenen Graden zwischen den beiden Polen der Erscheinung. Wo hört Dunkelheit auf und wo beginnt das Licht?

Was ist der Unterschied zwischen "groß und Klein", zwischen "hart und weich", zwischen "schwarz und weiß", zwischen "scharf und stumpf", zwischen "leise und laut", zwischen "hoch und niedrig" "zwischen positiv und negativ"?

Das Prinzip der Polarität erklärt diese Paradoxe und kein anderes Prinzip kann es beiseite stellen. Das gleiche Prinzip wirkt auch auf dem mentalen Plan. Nehmen wir ein radikales und extremes Beispiel: "Liebe und Hass", zwei mentale Zustände, die anscheinend ganz verschieden voneinander sind. Und dennoch gibt es Grade des Hasses und Grade der Liebe und einen mittleren Punkt, an welchem wir die Ausdrücke Gefallen und Missfallen gebrauchen; diese Ausdrücke gehen aber so nach und nach ineinander über, dass wir manchmal nicht wissen, ob uns etwas gefällt oder missfällt oder keines von beiden.

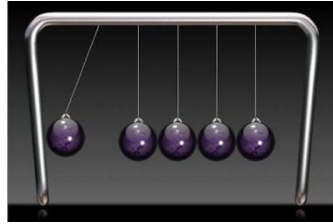
Und alles sind nur Grade desselben Dinges. Du wirst das einsehen, wenn du einen Augenblick darüber nachdenkst. Ja, man kann noch weiter gehen (die Hermetiker halten dies von noch größerer Wichtigkeit): es ist möglich, die Schwingungen des Hasses in die Schwingungen der Liebe umzuwandeln und zwar bei sich selbst wie auch bei anderen. Viele von euch, die diese Zeilen lesen, haben persönliche Erfahrungen in dem unwillkürlichen, raschen Übergang von Liebe zu Hass und umgekehrt, bei sich selbst und bei anderen. Ihr werdet daher die Möglichkeit dieses Überganges mit Hilfe des Willens, durch Anwendung der hermetischen Formeln, verstehen.

"Gut und Böse" sind auch nur die Pole desselben Dinges, und der Hermetiker beherrscht die Kunst, Böses in gutes umzuwandeln durch die Anwendung des Prinzips der Polarität. Kurz, die Kunst der Polarisation ist ein Teil der mentalen Alchemie, der den alten und den modernen hermetischen Meistern bekannt ist und von ihnen ausgeübt wird. Wer dieses Prinzip versteht, ist fähig, seine eigene Polarität wie auch die Polarität anderer zu ändern, wenn er dem Studium, das zur Beherrschung dieser Kunst notwendig ist, die entsprechende Zeit widmet.



**4. Das Prinzip der Schwingung:** Gleiches zieht Gleiches an und wird durch Gleiches verstärkt. Ungleiches stößt einander ab.

**D**ieses Prinzip enthält die Wahrheit, dass "alles in Bewegung ist, alles schwingt, nichts in Ruhe ist", Tatsachen, denen die moderne Wissenschaft beipflichtet und die jede neue wissenschaftliche Entdeckung zu bestätigen neigt. Und doch war dieses hermetische Prinzip schon vor Tausenden von Jahren von den alten ägyptischen Meistern verkündet worden. Dieses Prinzip erklärt, dass alle Unterschiede zwischen den verschiedenen Manifestationen des Stoffes, der Energie, der Gedanken und sogar des Geistes im weitesten Masse von den verschiedenen Graden der Schwingung abhängen. Vom "All", der reiner Geist ist, bis hinunter zur größten Form der Materie ist alles in Schwingung - je höher die Schwingungszahl, desto höher die Position in der Skala. Die Schwingung des Geistes hat einen so unendlichen Stärkegrad und eine solche Schnelligkeit, dass sie sich praktisch in Ruhe befindet - genauso wie ein sich reißend schnell bewegendes Rad bewegungslos zu sein scheint. Und am anderen Ende der Skala sind die groben Formen der Materie, deren Schwingungen so langsam sind, dass auch sie in Ruhe zu sein scheinen. Zwischen diesen Polen gibt es Millionen über Millionen verschiedener Grade von Schwingung. Vom Körperlichen im Elektron, Atom und Molekül zu Welten und Universen ist alles in schwingender Bewegung. Dies ist auch auf den Ebenen von Energie und Kraft - die nur verschiedenartige Grade von Schwingung sind - wahr, ebenso auf den geistigen Ebenen - deren Zustände von der Schwingung abhängen - und schließlich auf den rein geistigen Ebenen. Das Verständnis dieses Prinzips befähigt die hermetischen Schüler unter Anwendung der entsprechenden Vorschriften - Formeln -, ihre eigenen geistigen Schwingungen sowie die anderer zu beherrschen. Die Meister wenden dieses Prinzip auch in verschiedener Weise an, um Naturphänomene zu überwinden.



"Derjenige, der das Prinzip der Schwingung versteht, hat das Zepter der Macht ergriffen", schrieb einer der alten Meister.

Das Prinzip des Rhythmus: Der Fluss allen Lebens heißt HARMONIE. Alles strebt zur HARMONIE, zum Ausgleich. Das Stärkere bestimmt das Schwächere und gleicht es sich an.

**D**as LEBEN besteht aus dem harmonischen Miteinander, dem GEBEN und NEHMEN der Elemente und Kräfte, die in der SCHÖPFUNG wirken. Durch Horten und Festhalten entsteht ein Stau, der zu Krankheit und Tod führt als Folge eines Irrtums: Das LEBEN unterstützt immer das, was



LEBEN fördert, und was immer den LEBENSFLUSS blockiert, wird geschwächt und muss gehen, weil es das LEBEN selbst behindert und in Frage stellt. Leben ist gegenseitiger Austausch, immerwährende Bewegung.

Verschiedene Wirkungen gleichen sich immer aus, so dass so schnell wie möglich wieder HARMONIE und AUSGLEICH hergestellt wird. Das LEBEN ist ständiges GEBEN und NEHMEN. Das Universum lebt durch dynamischen AUSGLEICH in Leichtigkeit, HARMONIE und LIEBE. GEBEN und NEHMEN sind verschiedene Aspekte des KOSMISCHEN Energiestromes.

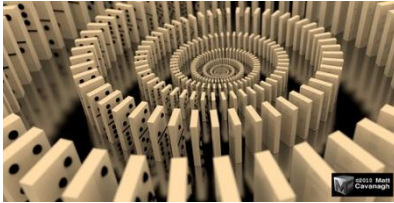
Indem wir das geben, was wir suchen, lassen wir den Überfluss in unser Leben ein. Indem wir HARMONIE, FREUDE und LIEBE geben, erschaffen wir in unserem Leben GLÜCK, ERFOLG und FÜLLE.

Von der FÜLLE DES LEBENS bekommt man nur so viel, wie man sich selbst der FÜLLE gegenüber öffnen kann. Der Mensch öffnet sich, indem er alle bewussten und unbewussten Gedanken an Mangel und Begrenzung in sich auflöst, sich von allen alten Begrenzungen trennt und NEUES, UNBEGRENZTES wagt. Wer FÜLLE nicht lebt, dem bleibt sie versagt.

Nimm die FÜLLE an. Bereichere Dich nicht auf Kosten anderer. Du musst alles bezahlen, was Du bekommst (es sei denn, es wurde Dir geschenkt). Gib, um zu bekommen und gib das, was dem Wert des Erhaltenen entspricht.

Über diesem GESETZ – über allen GESETZEN – steht die LIEBE = die GNADE GOTTES!

**Das Prinzip der Kausalität (Ursache und Wirkung):** „Jede Ursache hat eine Wirkung – Jede Wirkung hat eine Ursache. Jede Aktion erzeugt eine bestimmte Energie, die mit gleicher Intensität zum Ausgangspunkt, also zum Erzeuger zurückkehrt.



Die Wirkung entspricht der Ursache in Qualität und Quantität. Gleiches muss Gleiches erzeugen. Aktion = Reaktion.

Dabei kann die Ursache auf vielen Ebenen liegen. Alles geschieht in Übereinstimmung mit der Gesetzmäßigkeit. Jeder Mensch ist Schöpfer, Träger und Überwinder seines Schicksals.

Jeder Gedanke, jedes Gefühl, jede Tat ist eine Ursache, die eine Wirkung hat. Es gibt also keine Sünde, keine Schuld, kein Zufall und kein Glück, sondern nur UR-SACHE und WIRKUNG, die viele Jahrhunderte und Existenzen auseinanderliegen können und uns solange, bis sie von uns in LIEBE angenommen und also aufgelöst worden sind, immer wieder konfrontieren.

“Glück” und “Zufall” sind nur Bezeichnungen für das noch nicht erkannte GESETZ. Nichts geschieht uns zufällig. Das Prinzip des Karma ist also das Gesetz von “Auge um Auge und Zahn um Zahn” – was Du jemandem zufügst, wirst Du selbst erleiden müssen; was Du jemandes Kind zufügst, wird Dein eigenes Kind erleiden müssen. Du triffst also immer nur Dich selbst! Du schlägst Dich selbst, betrügst Dich selbst, belügst Dich selbst! Dieses Prinzip wird nur durchbrochen durch die BEDINGUNGSLOSE LIEBE, die zugleich DAS PRINZIP DER GNADE ist! Nur durch LIEBE kannst Du die energetischen Überreste Deines früheren Irrtums auflösen!

Warum hast Du bestimmte Eigenschaften? Woher kommen Deine Verhaltensmuster? Bedenke bei all Deinem Denken, Fühlen, Handeln die Wirkung. Wenn Du für jemanden Hass empfindest, kehrt sofort Hass in mindestens der gleichen Intensität zu Dir zurück. Willst Du jemandem schaden (allein schon die Absicht zählt), schadest Du in mindestens derselben Weise Dir! Fürchtest Du um das Wohl Deiner Kinder, ziehst Du alles zu ihnen hin, was Du befürchtest. Lasse also Hass, Wut und Angst los und öffne Dich dem unbedingten TRAUEN und der LIEBE.



***Du allein bist für Dich und Dein Erleben verantwortlich!***

Und übrigens: Legst Du jemandem in LIEBE bei einer LICHT- Anwendung die Hände auf, strömt an derselben Körperstelle auch LICHT und LIEBE zu Dir! Das Prinzip des Geschlechts: „Geschlecht ist in allem; alles trägt sein männliches und sein weibliches Prinzip in sich; Geschlecht offenbart sich auf allen Ebenen.“



## **Das Prinzip der Polarität und der Geschlechtlichkeit (Sexualität)**

**A**lles besitzt Pole. Alles besitzt ein Paar von Gegensätzen. Die Gegensätze sind EINS. Gleich und Ungleich sind EINS. Die WAHRHEIT GOTTES ist zugleich MÄNNLICH UND WEIBLICH und zugleich EINS.

Gegensätze sind ihrem Wesen nach identisch. Die WAHRHEIT GOTTES ist EINS.

Nur in den niedrig schwingenden Welten, wie der 3. Dimension, tragen Aspekte als "Gegensätze" entgegengesetzte Vorzeichen, haben unterschiedliche Schwingungsfrequenzen. Der menschliche Verstand ist dreidimensional orientiert; darum

erscheint ihre GLEICHHEIT dem polaren Denken PARADOX. Aber jedes PARADOXON soll in Einklang gebracht werden – in die Mitte –, nur so können wir uns der WAHRHEIT nähern. Sonst sind unsere Wahrheiten nur Halbe Wahrheiten. Wir können WAHRHEIT nicht verstehen – nur mit dem HERZEN erfassen!

An der 3. Dimension sollen wir lernen, die EINHEIT VON ALLEM wieder zu erkennen – indem wir BEDINGUNGSLOSE LIEBE LERNEN und diese LIEBE LEBEN = DAS ist unser LERN-Ziel auf der Erde! Wenn wir in der BEDINGUNGSLOSEN LIEBE leben, leben wir in der NICHT-POLARITÄT!

### **BEDINGUNGSLOSE LIEBE Kapitel 19: Agape**

Urteile und werte nicht. Verurteile nicht. Erkenne auch die Gegenmeinung an. Alle haben Recht. Alles hat seine Berechtigung. Alles ist gut.

Geschlechtlichkeit /Sexualität ist in allem. Alle Geschlechtlichkeit /Sexualität ist zugleich Einheit.



Geschlechtlichkeit manifestiert sich auf allen Ebenen. Alles besitzt männliche und weibliche Elemente. Alles ist männlich und weiblich zugleich. Geschlechtlichkeit drängt zur EINHEIT. Aber tatsächlich IST Geschlechtlichkeit ja EINHEIT, wie Du am TAO sehen kannst. Die NICHT-POLARE EINHEIT enthält das männliche und das weibliche Prinzip. Du kannst ja auch nicht Meer und Wellen trennen – beides ist EINS – eines ist NICHT ohne das andere.

Auch Du selbst bist männlich und weiblich zugleich. Lebe Deinen männlichen und weiblichen Aspekt gleichermaßen. Sei ausgewogen – im Gleichgewicht – in Deiner MITTE – SEI EINS.

*...Sucht nicht das GESETZ in den Schriften, denn das GESETZ ist  
LEBEN,*

während die Schrift tot ist.

Wahrlich, ich sage Euch, Moses erhielt die GESETZE nicht aufgeschrieben von  
GOTT,

sondern durch das LEBENDIGE WORT.

DAS GESETZ IST DAS LEBENDIGE WORT

DES LEBENDIGEN GOTTES

AN LEBENDIGE PROPHETEN

FÜR LEBENDIGE MENSCHEN.

IN ALLEM LEBENDIGEN

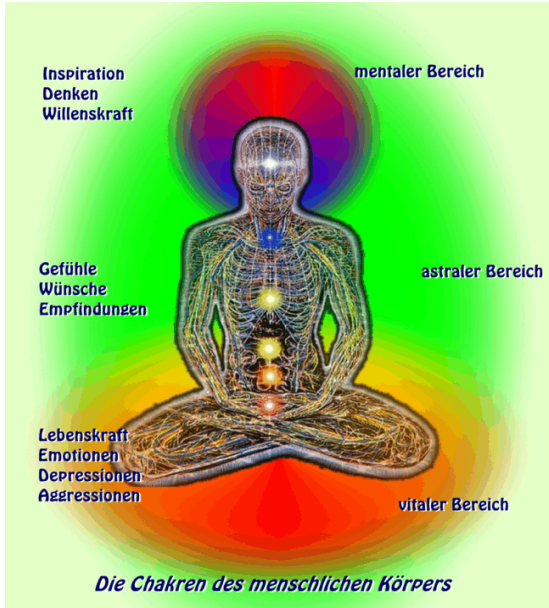
IST DAS GESETZ.

Ihr findet es im Gras, im Baum, im Fluss, im Berg, in den Vögeln des Himmels, in den Fischen des Meeres; doch sucht es hauptsächlich in Euch selbst. Denn wahrlich, ich sage Euch, alle **LEBENDIGEN DINGE** sind **GOTT** näher als die Schrift, die ohne **LEBEN** ist. So machte **GOTT DAS LEBEN** und alle **LEBENDIGE DINGE**, dass sie durch das **EWIGE WORT** die **GESETZE** des **WAHREN GOTTES** den Menschen lehren können. **GOTT** schrieb die **GESETZE** nicht auf Buchseiten, sondern in Eure **HERZEN** und Euren **GEIST**. Sie sind in Eurem Atem, Eurem Blut, Euren Knochen, in Eurem Fleisch, Euren Eingeweiden, Euren Augen und Ohren und in jedem kleinsten Teil Eures Körpers. Sie sind gegenwärtig in der Luft, im Wasser, in der Erde, in den Pflanzen, in den Sonnenstrahlen, in den Tiefen und Höhen. Sie sprechen alle zu Euch, damit Ihr die **SPRACHE** und den **WILLEN** des **LEBENDIGEN GOTTES** verstehen könnt...”



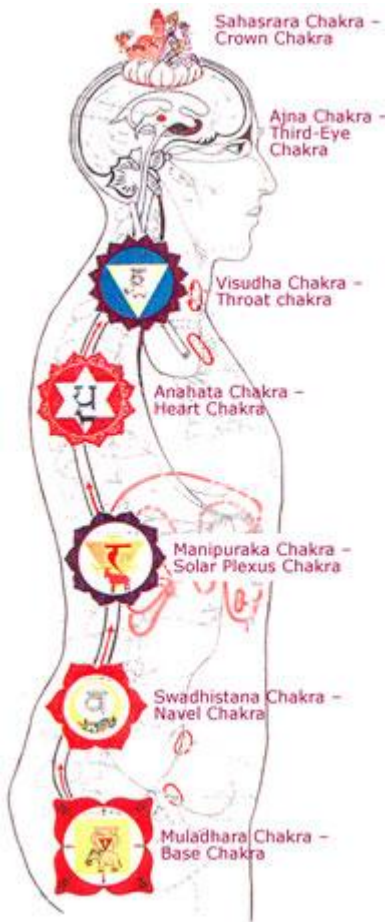
## Kapitel 34: Chakren – fließende Lebensenergie

Das Wort Chakra kommt aus dem Sanskrit und kann mit „Rad“ oder „drehend“ übersetzt werden. Das Konzept der Chakren entstammt der hinduistischen Religion.

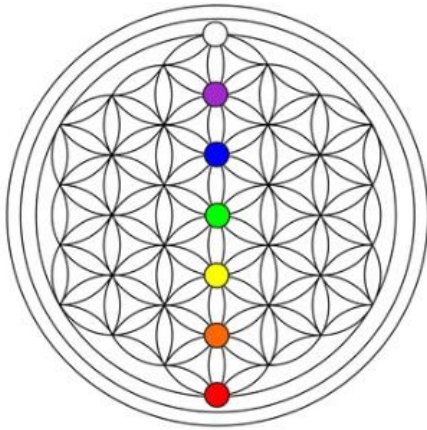


Ein Chakra ist ein Energiewirbel, der sich zwischen dem sichtbaren Körper und dem unsichtbaren feinstofflichen Energiefeld des Körpers, dem Astralkörper, befindet. Die Chakren verbinden beide Teile miteinander und sind auch untereinander miteinander verbunden. Die Energiebahnen werden im Sanskrit Nadis genannt; die fließende Energie Prana. In den meisten verbreiteten Theorien geht man von sieben Hauptchakren aus, die von der Basis der Wirbelsäule bis zum Schädel lokalisiert sind.

Die Energiewirbel drehen sich, wo die Geschwindigkeit von unten nach oben zunimmt. Sie nehmen feinstoffliche Schwingung von außen auf, wandeln sie in Lebensenergie um und leiten sie über Energiebahnen in verschiedene Richtungen an Drüsen, Nerven und Organe weiter. Jedes Chakra steht zu bestimmten Organen, aber auch mit dem Verhalten und der Psyche in besonderer Beziehung.



Ein Mensch befindet sich in absoluter Ausgeglichenheit, wenn alle Chakren geöffnet sind und sich frei drehen können, in der Geschwindigkeit, die ihnen vorgesehen ist. Der Chakrenaussgleich ist das Ziel, welches bei der Chakrenarbeit verfolgt wird. Durch verschiedenste Faktoren kann es aber zu Blockaden innerhalb dieser Bahnen kommen. Die Lebensenergie fließt jetzt nicht ungehindert; es können sich Symptome an Organen oder der Psyche bilden. Da jedes Chakra eine bestimmte Farbe hat, können spirituelle Menschen anhand der Aura (der Ausstrahlung der Chakren) erkennen, welches Chakra in seinem Fluss gestört ist und/oder welches Chakra am dominantesten ist.



Auch eine falsche Ernährung, Siehe Kapitel: 37 kann den Energiefluss stören.



## Erstes Chakra:

Das Wurzelchakra ist das unterste Chakra und befindet sich auf der Höhe des Steißbeins. Es ist nach unten geöffnet und verbindet uns energetisch zur Erde. Es ist unsere Wurzel, heißt dementsprechend Wurzelchakra. Hier liegt die erste Bewusstseinsstufe des Menschen. Nach der Geburt erfährt der junge Mensch sich selbst zunächst als hilflos. Sein Bewusstsein ist Urvertrauen und Sicherheit. Dieses Chakra verbindet uns mit der physischen Welt, dem Irdischen. Eine Störung kann sich

körperlich z.B. in Verstopfungen, Kreuzschmerzen oder durch Knochenkrankungen äußern. Seelisch tritt sie in Form von existentiellen Ängsten oder einem Mangel an Vertrauen zu anderen auf. Die persönlichen, wie auch die gesamten Bedürfnisse des Lebens und Überlebens auf Erden, fallen in den Wirkungsbereich des Wurzelchakras. Z.B. Sicherheit, Überleben, Vertrauen, die Beziehung zu Geld, zuhause, Beruf. Die Fähigkeit, geerdet zu sein und im hier und jetzt präsent zu sein. Das Wurzelchakra erstrebt ebenfalls die Verbindung der Person zu seiner Mutter und zur Mutter Erde.

Ist das Wurzelchakra geöffnet, sind harmonische Funktionen, wie tiefe, persönliche Verbundenheit mit der Erde und ihren Bewohnern, ungetrübte Lebenskraft, Zufriedenheit, Stabilität und innere Stärke ein Zeichen dafür. Disharmonische Funktionen in den Teilen des Körpers, die von diesem Chakra kontrolliert werden, weisen auf Anspannungen in den Teilen des Bewusstseins der Person hin, die mit diesem Chakra in Verbindung stehen. Gibt es dort einige Anspannungen, erlebt man es als ein Gefühl von Unsicherheit. Mehr Anspannung wird als Angst erfahren. Noch mehr Anspannung, wird als Überlebensangst erfahren.

### **Aktiviertes Wurzelchakra:**

Ein aktiviertes erstes Chakra findet man bei Menschen, die "bodenständig" sind, mit "beiden Beinen im Leben stehen". Menschen mit einem stark entwickelten Wurzelchakra, bejahen das Leben, strahlen eine vitale Frische aus und sind materiell gesehen oft äußerst erfolgreich. Ein ausgeglichenes Wurzelchakra, vermittelt

das Gefühl der Sicherheit. Die Angst, machtlos zu sein, ist überwunden, Liebe und Vertrauen sind vorhanden. Die Verbindung zur Erde, zum Beständigen, stellt den Bezug zur Realität her. Sensitive Menschen mit einem ausgeglichenen Wurzelchakra sind in der Lage, ihre esoterischen Fähigkeiten auszuschöpfen und ihre Anlage zu vervollkommen. Dazu gehören die Fähigkeiten, den Körper zu verlassen, Visionen ohne Angst wahrzunehmen und Hellsichtigkeit für andere Menschen hilfreich umzusetzen.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Wurzelchakra**  
Lebenskraft, gute gesundheitliche Konstitution, Urvertrauen, Sicherheit, Geborgenheit, mit beiden Beinen auf der Erde, Ausdauer, Durchhaltevermögen, stabile Knochen und Nägel, gute Zähne, gute problemlose Verdauung und Ausscheidung



#### **Blockiertes Wurzelchakra:**

Ist das Wurzelchakra blockiert, fehlt es an Antriebskraft. Morgens kommt man kaum aus dem Bett, tagsüber ist alles ermüdend und am Abend geht es wieder früh ins Bett zurück. Da die Energie nicht fließt, ist der gesamte Körper energetisch unterversorgt. Auf psychischer Ebene, führt dies zu einer undifferenzierten, konturlosen Persönlichkeit, die schnell zu beeindruckend ist und wenig

Ecken und Kanten zu bieten hat. Diese Symptome vergehen, wenn das Wurzelchakra (wieder) belebt wird und die rohe Erdenergie ungehindert in den gesamten Energiehaushalt fließen kann.

**Indikatoren für Störungen / Blockaden im Wurzelchakra:**  
Mangelnde Lebensenergie, wenig Lebensfreude, mangelndes Vertrauen ins Leben, Existenzängste, Misstrauen, Phobien (z. B. vor Spinnen oder ähnlichem), psychische Kraftlosigkeit, Depressionen, Darmerkrankungen, Hämorrhoiden, Verstopfung, Durchfall, Kreuzschmerzen, Hexenschuss, Ischialgien, Knochenerkrankungen, Osteoporose, Schmerzen in Beinen und Füßen, Krampfadern und Venenleiden, Blutarmut, Blutdruckschwankungen, stressbedingte Erkrankungen, allergische Beschwerden

#### **Funktion der Drüsen, die dem Wurzelchakra zugeordnet sind:**

Die Nebennieren bestehen aus Rinde und Mark. Sie sind an der Steuerung des Eiweiß-, Kohlenhydrat-, Salz- und Wassergleichgewichts beteiligt. Die Nebennie-



renrinde produziert das Hormon Aldosteron, das Nebennierenmark unter anderem das Hormon Adrenalin, außerdem noch Noradrenalin und Cortison. Adrenalin steigert den Stoffwechsel. Außerdem ist es bekannt als Flucht-, Kampf- oder Stresshormon, wobei es bei der Vorbereitung auf lebensbedrohliche Notsituationen hilft. Die Peyerschen Lymphfollikel/Lymphdrüsen befinden sich im Appendix und in den Darmwänden. Sie sind wichtig für die (lokale) Immunreaktion des Körpers. Eventuell auch zum Sakral-Chakra gehörig.

### **Psychische Auswirkungen einer Blockade im Wurzelchakra**

Eine Person mit einem gestörten Wurzelchakra sieht die Welt durch einen Filter der Unsicherheit und erlebt sie mit der existenziellen Anspannung, jederzeit könne etwas Schlimmes passieren. Die grundlegende Erfahrung des Lebens ist negativ. Die Person könnte überzeugt sein, das Leben ist gefährlich, hart und erbarmungslos. Gleichzeitig fehlt ihr aber jede innere Sicherheit, so dass sie gerade das Bedürfnis hat, das äußere Leben müsse stabil und sicher sein. Dies erzeugt eine enorme innere Anspannung und Angst. Da das Wurzelchakra die Basis unserer persönlichen Entwicklung ist, baut sich so eine Persönlichkeitsstruktur auf dieser Grundangst auf, was auch die Erfahrung in allen anderen Chakren stark beeinflusst und prägt.

Oftmals fühlen sich die Betroffenen heimatlos, haben wenig bis keine innere Sicherheit gepaart mit einem geringen Selbstwertgefühl. Sie haben kaum Vertrauen ins Leben und werden oft von starken Existenz- und/oder Geldängsten geplagt. Vielleicht sind sie in ihrem späteren Leben gehetzt und rastlos ohne sichtbaren Grund depressiv. Aus dieser Angst heraus wird versucht, Sicherheit und Stabilität aus den physischen und sozialen Umständen herzustellen. Das kann sich in einer großen Angst vor Veränderungen äußern, aber auch im genauen Gegenteil, nämlich der Unfähigkeit, sich überhaupt auf irgendetwas einzulassen, da es ja doch zu unsicher erscheint.

Gefühle existenziellen Alleinseins, das Gefühl nirgendwo dazuzugehören, Gefühle von Ohnmacht und Unfähigkeit sind daher häufige Befunde bei einem gestörten Wurzelchakra. Eine Störung im Wurzelchakra kann zu Fluchtverhalten führen, wie die Flucht in Drogen, Alkohol, Essen, Konsum, Sexsucht – aber auch zu einer spirituellen Flucht. Ebenso kann es häufig zu unbewussten Kompensations- oder gar Bestrafungshandlungen und Krankheiten wie die Bulimie und Magersucht oder zu einem Burn-Out-Syndrom kommen. Die fehlende Sicherheit kann neben einer übermäßigen Anhaftung an Beziehungen und Umstände auch durch eine Anhaftung an mentale Konzepte, Ideologien und Glaubenssätze kompensiert werden.

### **Körperliche Auswirkungen einer Blockade im Wurzelchakra**

**A**uf der körperlichen Ebene kann sich eine Blockade des Wurzelchakras häufig in folgenden Problemen zeigen: Generelle Kränklichkeit und Immunschwäche, Energielosigkeit, Haut-, Knochen- und Skelettkrankheiten, Probleme in Beinen und Füßen, in der Analregion und Hämorrhoiden, erektile Dysfunktion und/oder Probleme, einen Orgasmus zu erleben (bei beiden Geschlechtern). Eine Erschöpfung der Nebennierenfunktion (Morbus Addison) bewirkt chronische Müdigkeit und geringe Ausdauer. Meiner Beobachtung nach, vermindern sich diese Symptome und Belastungen oder gar Erkrankungen – teilweise sogar schlagartig – wenn die rohe Erdenergie wieder ungehindert durch den gesamten Energiehaushalt fließen kann.





## Meditation: Wurzelchakra aktivieren

Begebe dich an einen ruhigen, ungestörten Ort, an dem Du gerne bist. Setze dich entweder in den Lotusblütensitz oder in den Schneidersitz. Lege deine Hände mit den Handflächen nach unten auf deinen Knien ab. Achte auf eine möglichst gerade Sitzhaltung. Schließe nun deine Augen.

- Atme dreimal tief ein und aus und lenke dabei deine Aufmerksamkeit auf deinen Atem
- Nun spanne die Damm- und Aftermuskeln zweimal hintereinander an ohne zu dabei zu atmen
- Atme nun wieder tief und aus und spüre, wie die Energie ausgehend von deinem Wurzelchakra langsam deinen Körper flutet
- Spanne erneut Damm- und Aftermuskeln zweimal an, ohne dabei zu atmen
- Beginne wieder zu atmen und spüre den Energiefluss, der durch die An- und Entspannung deiner Aftermuskeln ausgelöst wird

.Wiederhole diese Abfolge ca. fünf Minuten lang. Beobachte dabei die Veränderung des Energieflusses, wie wellenartig die Energie in deinem Körper aufsteigt und sich immer weiter ausdehnt.

- Entspanne dich, atme sanft in dein Wurzelchakra und spür für eine kurze Zeit nach
- Nun lenke deine Aufmerksamkeit auf deine Herzgegend, spüre deine eigene Energie dort, Frieden und Hingabe.
- Spüre die Energie in deinem Wurzelchakra, die vielleicht noch immer aufsteigt und schöne, feine Gefühlsnuancen in dir auslöst. Verbinde diese Gefühle mit dem Gefühl deines Herzens.

.Beginne in einer für dich angenehmen Zeit, deine Augen zu öffnen und dir deiner Umgebung langsam wieder bewusst zu werden.

## **Meditation: Wurzelchakra öffnen, stärken und heilen**

### Konzentration auf das Wurzelchakra

- Stelle dir nun vor, wie ausgehend von deinem Wurzelchakra lange energetische Wurzeln in den Boden wachsen, und dadurch eine Verbindung zur Erde entsteht. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen

- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt

- Atme für einige Zeit tief in deinen Bauch und spüre dabei wie sich der Bereich deines Wurzelchakras anfühlt. Lass alle Empfindungen zu und versuche alle Spannungen loszulassen, die du vielleicht hältst.

.Atmen in das Wurzelchakra

- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Energie und Licht besteht, so auch du

- Beim Einatmen saugst du weißes, reines Licht durch das Wurzel-Chakra in dich auf. Stelle dir vor, wie das Licht dabei tief rot wird und dein Wurzel-Chakra von innen zum Strahlen bringt.

- Beim Ausatmen fließt dieses Licht wieder über das Wurzel-Chakra zurück an das Universum

- Mit jedem Atemzug wächst das Licht in deinem Wurzel-Chakra zu einer wunderschönen roten Lichtwolke.

- Fühle, wie dein Wurzel-Chakra sich mit Licht auffüllt und sich dabei immer weiter ausdehnt

### Abschluss der Meditation

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation

- Lege deine Hände in der Herzgegend ab, spüre deine eigene Herzenergie und danke dem Universum.

- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.



## Zweites Chakra

Das Sakralchakra ist das zweite Chakra und liegt etwa eine Handbreite unter dem Bauchnabel. Es ist wie alle noch folgenden Chakren, außer dem Wurzelchakra und dem Kronenchakra, nach vorne geöffnet. Es steht für die ursprüngliche Lebenslust und die göttliche Schaffenskraft und ist der Sitz ungefilterter ursprünglicher Emotionen. In dieser Bewusstseinsstufe liegt die Kreativität. Eng verbunden mit der Schaffenskraft ist der Fortpflanzungs-

trieb, der ja auch mit dem Schaffen von etwas Neuem verbunden ist. Störungen in diesem Chakra können sich durch Krankheiten an den Geschlechtsorganen, aber auch Störungen im sinnlichen Empfinden äußern. Auch eine Über- oder Unterfunktion des Sexualtriebes kann Aufschluss über ein blockiertes Sakralchakra geben. Seelisch macht sich das Ungleichgewicht durch Süchte und Antriebslosigkeit bemerkbar.

Was das Sakralchakra anbelangt, zeigt es seine Offenheit und harmonische Funktion, in dem sich unser Leben und unsere Gefühle in einem natürlichen Fließen äußert. Es hat mit Kommunikation mit dem inneren Wesen zu tun. Mit dem, was der Körper möchte und braucht und womit er Freude erfährt. Die Fähigkeit der Person, Kinder zu bekommen ist ebenfalls mit diesem Chakra verbunden.

Seine disharmonische Funktion hat den Ursprung oft in der Pubertät. Wenn die Eltern und Lehrer nicht in der Lage waren, die erwachenden sexuellen Kräfte und die Anwendung dieser Energien richtig zu vermitteln. Das zweite Chakra ist das Zentrum ursprünglicher Emotionen, sexueller Energien und schöpferischer Kräfte.

### **Aktiviertes Sakralchakra:**



Ein aktiviertes Chakra äußert sich natürlich in einem vitalen, lustvollen Sexualleben. Aber nicht nur dort. Menschen, deren Sakralchakra aktiviert ist, können sich beispielsweise voll einer Aufgabe hingeben oder sich auf andere Menschen und Mei-

nungen einlassen. Das entwickelte Sakralchakra steht nicht nur für das "Zeugen von Kindern" sondern auch für alle anderen Formen des schöpferischen (zeugenden) Handelns: der Kreativität in der Kunst, im Beruf oder beim eigenen Hobby. Ein ausgeglichenes Sakralchakra, befähigt zu einer seelisch-körperlichen Übereinstimmung in der Partnerschaft. Der Mensch vertraut seinen Instinkten und das Umfeld spürt seine Vitalität. Er ruht in sich und hat einen ausgeprägten Familiensinn. Wenn Wurzelchakra und Sakralchakra im Einklang sind, hat ein Mensch mit sensitiven Anlagen die Möglichkeit, seine Fähigkeiten zu vervollkommen. Was das Sakralchakra anbelangt, zeigt es seine Offenheit und harmonische Funktion, in dem sich unser Leben und unsere Gefühle in einem natürlichen Fließen äußert. Es hat mit Kommunikation mit dem inneren Wesen zu tun. Mit dem, was der Körper möchte und braucht und womit er Freude erfährt. Die Fähigkeit der Person, Kinder zu bekommen ist ebenfalls mit diesem Chakra verbunden. Seine disharmonische Funktion hat den Ursprung oft in der Pubertät. Wenn die Eltern und Lehrer nicht in der Lage waren, die erwachenden sexuellen Kräfte und die Anwendung dieser Energien richtig zu vermitteln. Das zweite Chakra ist das Zentrum ursprünglicher Emotionen, sexueller Energien und schöpferischer Kräfte.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Sakralchakra**  
Sinnlichkeit, Lebensfreude, Schöpferische Kraft, Kreativität, Sexuelle Energie, Lust am Leben, positive Bindungen zu anderen Menschen und zum anderen Geschlecht, Selbstbewusstsein, Begeisterungsfähigkeit

### **Blockiertes Sakralchakra:**

Oft ist der Fluss des Gebens und Nehmens gestört. Das kann sich auf verschiedenste Weisen äußern: Ein blockiertes Sakralchakra verweist nicht nur auf Frigidität und Impotenz. Auch Sexsuchte (bspw. Nymphomanie oder deren männliches Pendant "Don Juanismus") können Zeichen eines gestörten Sakralchakras sein.

Körperlich zeigt sich die Störung als Fettleibigkeit (Horten, alles behalten wollen) oder Magersucht (Ablehnung, nichts nehmen wollen). Emotional wirkt dies bei Menschen, die Probleme haben, ihre eigenen Gefühle zuzulassen - oder mit denen



von anderen Menschen umzugehen. Zwischenmenschlich wirkt die Störung in Form von Vereinsamung und Isolation. Oder als Mensch, der gerne kokettiert, ohne sich wirklich einzulassen.

### **Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Sakralchakra:**

Unfähigkeit das Leben zu genießen, seelische Kraftlosigkeit, Motivationslosigkeit, Eifersucht, Schuldgefühle, zwanghaftes Sexualverhalten, Sexgier, sexuelles Desinteresse, Suchtgefährdung, starke Stimmungsschwankungen, Triebhaftigkeit, Menstruationsbeschwerden, Erkrankungen von Gebärmutter und Eierstöcken, Prostata- und Hodenerkrankungen

kungen, Potenzstörungen, Pilzkrankungen der Geschlechtsorgane, Geschlechtskrankheiten, Nierenerkrankungen, Blasenprobleme, Harnwegsinfektionen, Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule, Hüftschmerzen, Folgeerscheinungen mangelnder Entgiftung

### **Funktion der Drüsen, die dem Sakralchakra zugeordnet sind:**

Die paarweise angeordneten Keimdrüsen, produzieren in ihrem endokrinen Anteil Sexualhormone. Die Hoden u.a. das männliche Hormon Testosteron, die Eierstöcke die weiblichen Hormone Östrogen und Progesteron. In ihrem exokrinen Anteil bilden die Hoden Samenfäden, die Eierstöcke lassen die Eizellen reifen.

### **Psychische Auswirkungen einer Blockade im Sakralchakra**

Diese Störungen können sich meiner Erfahrung nach wie folgt äußern: Der Verlust der Lebensfreude, chronische Müdigkeit und Lustlosigkeit durch das Verschließen gegenüber dem Fluss der Lebensenergie, eine Angst mit der Umwelt zu interagieren, Erfahrungen zu sammeln, auszuprobieren und zu experimentieren. Eine energetische und emotionale „Austrocknung“, die oft zu mangelnder Vitalität und Gesundheit führt. Eine Unfähigkeit, körperliche Berührungen zu genießen, Schwierigkeiten, Intimität zuzulassen, bis hin zu Orgasmusschwierigkeiten und erektilen Dysfunktionen. In diesen Bereich fallen auch das grundsätzliche Missfallen an Sex und der Libidoverlust. Auch das komplette Gegenteil, wie Sexsucht und Nymphomanie können als Zeichen eines gestörten Sakralchakras gedeutet werden.

Eine Störung des Sakralchakras äußert sich meiner Beobachtung nach oft in Problemen, die eigenen Emotionen zuzulassen und auszudrücken und/oder mit den Emotionen seiner Mitmenschen umzugehen. Betroffene klagen meiner Erfahrung nach oft über Einsamkeit und ein Gefühl der Fremdheit, sie fühlen sich vom Leben abgeschnitten und erfahren sich nicht als wirklich lebendig. Sie sind nicht selten von starken Stimmungsschwankungen geplagt und oft extremer Eifersucht.

### **Körperliche Auswirkungen einer Blockade im Sakralchakra**



Auf der körperlichen Ebene kann sich meiner Erfahrung nach eine Blockade des Sakralchakras in folgenden Problemen äußern: Chronische Müdigkeit, Erkrankungen von Gebärmutter und Eierstöcken, Prostata- und Hodenerkrankungen, Potenzstörungen, Pilzkrankungen der Geschlechtsorgane, Ge-

schlechtskrankheiten, Nierenerkrankungen, Blasenprobleme, Harnwegsinfektionen, Schmerzen im Bereich der Lendenwirbelsäule und Hüftschmerzen aufgrund mangelnder Flexibilität.



## Meditation: Sakralchakra aktivieren

Das “singende Becken”

- Stelle dich aufrecht hin, deine Beine sind schulterbreit auseinander, deine Zehenspitzen zeigen nach vorn und deine Knie sind leicht gebeugt.
- Lege eine Handfläche auf deinen Unterbauch und die andere auf dein Kreuzbein
- Atme tief in deinen Bauch atme mit vollen Zügen reine, klare Lebensenergie in dein Sakralchakra
- Lasse dein Becken wiederholt genussvoll von vorne nach hinten kippen
- Wenn dir diese Bewegung vertraut ist, beginne nun auch, dein Becken langsam kreisen zu lassen
- Sei sinnlich und hingebungsvoll, genieße die Bewegung deines Beckens, lass dich ganz in die wiegende Bewegung fallen
- Atme in deinem dir ganz eigenen Tempo tief ein und singe oder summe wenn du magst beim Ausatmen ein langgezogenes “Ooo”
- Wiederhole diese Übung ca. zehn Minuten
- Komme dann langsam in die Ausgangsposition zurück und spüre den Energiefluss in deinem Körper.

Wenn dir die Abfolge von Bewegungen vertrauter geworden ist, kannst du die Übung auch mit geschlossenen Augen durchführen. Dies macht es dir leichter möglich, die Energie in deinem Inneren zu spüren.



## Meditation: Sakralchakra öffnen, stärken und heilen

Begebe dich an einen ruhigen, ungestörten Ort, an dem Du gerne bist. Setze dich entweder in den Lotussitz oder in den Schneidersitz. Lege deine Hände mit den Handflächen nach unten auf deinen Knien ab. Achte auf eine möglichst gerade Sitzhaltung. Schließe nun deine Augen.

Konzentration auf das Sakralchakra

- Beginne, tief aus- und einzuatmen. Beobachte deinen Atem, bis du eine innere Ruhe spürst
- Stelle dir nun vor, wie ausgehend von deinem Wurzelchakra lange energetische Wurzeln in den Boden wachsen, und dadurch eine Verbindung zur Erde entsteht. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen
- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt
- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Energie und Licht besteht, so auch du
- Spüre die Energie im Raum deines Wurzelchakras, lass alle Empfindungen zu, spüre einfach nur

.Atmen in das Sakralchakra

- Stell dir vor, wie du beim Einatmen die Urkraft der Erde in deinen Beckenboden fließen lässt. Spüre, wie sich diese Energie in deinem Beckenbodenbereich in tiefrotem Licht mehr und mehr ausdehnt
- Beim Ausatmen lass immer mehr alle Anspannungen in diesem Bereich los
- Wiederhole dies für einige Atemzüge, bis sich ein Gefühl der Leichtigkeit einstellt
- Lass nun die Energie aus dem Raum deines Beckenbodens über das Wurzelchakra in den Raum deines Sakralchakras fließen
- Mit jedem Atemzug wächst das Licht in deinem Wurzelchakra zu einer wunderschönen roten Lichtwolke und in deinem Sakralchakra zu einer orangenen Lichtwolke. Deine Chakren beginnen, von innen zu strahlen. Spüre hier die feinen Nuancen der Energie
- Fühle, wie sich dein Wurzelchakra und dein Sakralchakra mit Licht auffüllen und sich dabei immer weiter ausdehnen

.Abschluss der Meditation

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation
- Lege deine Hände in der Herzgegend ab, spüre deine eigene Herzensenergie und danke dem Universum
- Wenn Du weitere Chakra-Arbeit durchführen möchtest, dann kannst du nun zur Solarplexus-Meditation gehen und den nächsten Punkt überspringen.
- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.



## Drittes Chakra

Das Solarplexuschakra befindet sich etwas oberhalb des Nabels auf Höhe des Sonnengeflechts (Solar-Plexus). Es ist dem Feuerelement zugeordnet, das Licht, Wärme, Energie und Aktivität, auch Leistung und Macht, bedeutet. Es steht für die Entwicklung des "Ichs", sowie die Durchsetzungskraft in der eigenen Umwelt. Dabei ist nicht das mit Gewalt Durchsetzen gemeint, sondern das Finden eines harmonischen Wegs, seine eigenen Ideen zu verwirklichen. Blockaden in diesem

Chakra, äußern sich körperlich durch Verdauungsstörungen, Magenprobleme, Diabetes und Übergewicht. Seelisch kommt die Blockade durch Aggressivität, Unsicherheit, Schlafstörungen und Alpträume zum Ausdruck.

Das Solarplexuschakra ist der Sitz unserer Persönlichkeit und der bewussten Gestaltung unseres Lebens, der Einflussnahme und Macht. Hier werden die vitalen Antriebe und Wünsche der unteren Chakren verarbeitet und transformiert, sowie Gefühle und Erfahrungen in die Gesamtpersönlichkeit integriert. Wärme, Kraft und Fülle, Harmonie mit uns selbst und dem Leben erfahren wir, wenn unser drittes Chakra harmonisch arbeitet.

Das Thema, die Lernaufgabe des Solarplexuschakra ist die Entfaltung der Persönlichkeit, die Verarbeitung von Gefühlen und Erlebnissen, Gestaltung des Seins, Einfluss und Macht, Kraft und Fülle und Weisheit, die aus Erfahrung wächst.

### Aktiviertes Solarplexuschakra:



Ein Mensch mit einem entwickelten Solarplexuschakra, verfügt über die natürliche Aggressivität, die man zum Erreichen eigener Ziele benötigt. Speziell wenn sich Widerstände in den Weg stellen, verfügt ein Mensch mit dem aktivierten Chakra über die Kraft, Energie und dem Willen, diese zu beseitigen und weiter zu gehen. Da der Solarplexus den Fluss zwischen Gefühl und Verstand herstellt, kann ein Mensch mit einem aktivierten Solarplexuschakra sehr gut mit Gefühlen umgehen. Anstatt

von ihnen "überrollt" zu werden, stellt er eine Verbindung zum Verstand her, der die Emotionen verstehen, reflektieren und um wichtige Gedankenimpulse bereichern kann. Umgekehrt bleiben Gedanken keine abgehobene intellektuelle Spinnerei, sondern werden emotional verwurzelt, befruchtet und können so greifbar umgesetzt werden.

Ein Mensch mit ausgeglichenem Solarplexuschakra, ruht in seiner Mitte und wirkt auf seine Umwelt stabil. Es ist ein tatkräftiger Mensch, der Entscheidungen trifft und Verantwortung übernimmt. Er reagiert sensibel und folgt bei seinen Entscheidungen seiner Intuition. Diese Menschen sind auch sehr einfühlsam und offen für die Probleme anderer. Medial veranlagte Menschen, können hier ihre telepathischen Fähigkeiten verstärken, sie haben den sogenannten Röntgenblick.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Solarplexuschakra**  
Hohes Maß an Energie und Lebendigkeit, Selbstbewusstsein, Ziele werden verwirklicht, Tatkraft, starke Persönlichkeit, Macht im positiven Sinne einhergehend mit Sensibilität und Mitgefühl, intuitive Entscheidungen (aus dem Bauch heraus), Gefühle können akzeptiert und gelebt werden, gute Nerven, guter Schlaf

### **Blockiertes Solarplexuschakra:**

Die Blockade äußert sich einerseits in Kraftlosigkeit. Oder als verzerrter Machtwille, der vor Manipulation, Täuschung und Intrigen nicht zurückschreckt.

Die aggressionslose Variante ist in Wirklichkeit nicht frei von Ärger oder Wut - diese Gefühle werden lediglich abgeschnitten und nach innen gerichtet. Die Folgen können nicht nur gesundheitliche Probleme sein, sondern auch zwischenmenschliche Spannungen, die sich in plötzlichen Wutausbrüchen äußern können. Weiterhin ist es wahrscheinlich, dass ein Mensch mit diesem blockierten Chakra, die "haus-eigenen" Aggressionen in die Umwelt projiziert und daraus Gefühle von Angst und Paranoia ableitet.

Der verzerrte Machtwille ist voll und ganz auf seine eigenen egoistischen Ziele fixiert. Was er nicht bekommt, wird "Auge um Auge und Zahn um Zahn" eingefordert. Ob als tyrannischer Hausherr oder als schwarzmagischer Energiebeschwörer - immer steht für einen solchen Menschen das eigene Interesse vor dem der anderen.

**Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Solarplexuschakra:**  
Wenig Lebensenergie, Gefühlskälte, Gleichgültigkeit, Unsicherheit, mangelndes Selbstbewusstsein, Machtbesessenheit, übertriebener Ehrgeiz und Leistungsdenken, Rücksichtslosigkeit, Wutanfälle, Essstörungen, Schlafstörungen, Ziele nicht erreichen, keine Durchsetzungskraft, blockierte Gefühle, Magenerkrankungen, Sodbrennen, Erkrankungen von Leber, Milz + Gallenblase, Gelbsucht, Verdauungsstörungen, Schmerzen in der Lendenwirbelsäule, Nervenerkrankungen, Diabetes mellitus, Übergewicht

Funktion der Drüsen, die dem Solarplexuschakra zugeordnet sind:

Die Langerhansschen Zellen sind der endokrine Teil der Bauspeicheldrüse. Sie produzieren Insulin und Glucagon, die für den Kohlehydratstoffwechsel wichtig sind. Glucagon hebt, Insulin senkt den Blutzuckerspiegel. Der übrige Teil der

Bauchspeicheldrüse entspricht einer exokrinen Drüse, die verschiedene Fermente und Enzyme direkt in den Zwölffingerdarm abgibt.

## **Psychische Auswirkungen einer Blockade im Solarplexuschakra**

Ein blockiertes und schwaches Solarplexuschakra äußert sich vor allem in den Extremen und oftmals in Überforderung, Verzweiflung, Angst und Wut. Die betroffene Person nimmt das Leben durch einen Filter der Machtlosigkeit und/oder Wertlosigkeit wahr. Sie fühlt sich von den Herausforderungen des Lebens überfordert und ist emotional extrem instabil. Dies kann sich sehr verschieden auswirken. Machtlosigkeit kann sich zum Beispiel als Wut, Apathie, Depression, Verzweiflung, Selbsthass, Kontrollwahn und Grenzverlust äußern. Betroffene sind oft auf einer tiefen Ebene willenlos und beeinflussbar und leiden entweder an Kontrollwahn oder lassen sich völlig gehen. Ausgelöst durch ihre Willensschwäche ist ihr Opportunismus ausgeprägt, sie ordnen sich unbewusst den Wünschen und Vorstellungen anderer unter, um im nächsten Augenblick womöglich in einem Wutanfall ihrer Frustration über die Missachtung ihrer Bedürfnisse und Grenzen Luft zu machen.

Menschen mit einem gestörten Solarplexuschakra fühlen sich oft als Opfer und geraten leicht in Abhängigkeiten. Sie fühlen sich schnell vernachlässigt und übergehen sich selbst, aus Angst nicht geliebt zu werden. Oft sind sie von Neid und Verbitterung geplagt. Der Verlust des Selbstwertes durch negative Überzeugungen über sich selbst kann bis zu Selbsthass gehen. Durch die Störung des Solarplexuschakras können Erlebnisse und Gefühle nicht auf gesunde Art und Weise verdaut werden, man fühlt sich von ihnen überwältigt, glaubt ihnen nicht gewachsen zu sein. Betroffene Personen unterdrücken daher oft ihre überwältigenden Gefühle und neigen zu unkontrollierten Gefühlsausbrüchen. Häufig projizieren sie ihre nicht gelebten eigenen negativen Gefühle auf Mitmenschen und Partner oder das Leben – die Umstände sind scheinbar “zu viel”. Nicht selten werden sie entweder als aufbrausend oder auch als völlig gefühllos und gleichgültig wahrgenommen, weil sie ständig versuchen, die Kontrolle zu wahren.

Ein gestörtes Solarplexuschakra unterdrückt den Ausdruck von Emotionen und Gefühlen, und versucht diese zu kontrollieren und zu rationalisieren, um ihrer irgendwie Herr zu werden.

## **Körperliche Auswirkungen einer Blockade im Solarplexuschakra**



Auf der körperlichen Ebene kann sich eine Blockade des Solarplexuschakra in Erkrankungen der Verdauungsorgane und des Stoffwechsel sowie in Problemen mit dem Zwerchfell und der Atmung zeigen.



## Meditation: Solarplexuschakra aktivieren

Dauer: ca. 7-10 Minuten

- Stelle dich aufrecht hin mit gebeugten Knien, die Beine schulterbreit auseinander und atme durch die Nase tief in deinen Bauch ein.
  - Stütze nun deine Hände auf deinen Oberschenkeln ab, während du dich nach vorne beugst. Atme tief ein und durch den Mund wieder aus.
  - Nun halte die Luft an und ziehe ohne zu atmen den Bauch so weit wie möglich nach innen und oben. Bewege jetzt 10-20-mal schnell und kräftig die Bauchdecke von innen nach außen, weiterhin ohne zu atmen.
  - Richte dich einatmend wieder auf
  - Atme reine, klare Energie in deinen Solarplexus und gib sie bei der Ausatmung wieder an das Universum zurück, lass alle Spannung in diesem Bereich los
  - Lass die Energie sich ausdehnen
  - Wiederhole die gesamte Übung noch 2-mal.
  - Nun bleibe einige Zeit in der Ausgangsposition stehen, atme weiter Energie in dein Solarplexuschakra und spüre den Veränderungen nach.
- .Diese Übung kann die Aktivierung und Öffnung deines Solarplexuschakras unterstützen. Bei regelmäßiger Anwendung verschwindet als Beigabe auch überflüssiges Bauchfett.

## **Meditation: Solarplexuschakra öffnen, stärken und heilen**

Dauer: ca. 5 bis 10 Minuten

### Vorbereitung der Meditation

Begebe dich an einen ruhigen, wohltuenden Ort in den Lotus- oder Schneidersitz, lege die Hände mit den Handflächen nach unten auf den Knien ab (du kannst auch das traditionelle Mudra für das Solarplexuschakra verwenden siehe unten) und atme dreimal tief aus und ein. Achte darauf, eine gerade Sitzhaltung einzunehmen und schließe die Augen.

### Konzentration auf das Solarplexuschakra

- Stelle dir nun vor, wie lange Wurzeln in den Boden wachsen, wie du dich dadurch eine Verbindung zur Erde herstellst. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen
- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt
- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Licht besteht, so auch du

### .Atmen in das Solarplexuschakra

- Beim Einatmen saugst du weißes, reines Licht durch das Wurzelchakra in dein Sakralchakra, hin zu deinem Solarplexuschakra. Wenn du magst, stell dir vor, wie das Licht dabei tief rot, dann orange im Sakralchakra wird und schließlich hellgelb in deinem Solarplexuschakra ankommt und diese Chakren von innen zum Strahlen bringt.
- Beim Ausatmen fließt dieses Licht durch dein ganzes Feld und die unteren Chakren zurück an das Universum
- Mit jedem Atemzug dehnt sich das Licht in deinem Solarplexuschakra immer weiter zu einer hellgelben Kugel aus
- Fühle für einige Zeit, wie sich die Energie in den unteren drei Chakren immer weiter ausdehnt, lass dabei immer tiefer los, spüre, lass dich fallen

### .Abschluss der Meditation

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation
- Lege deine Hände in der Herzgegend ab, spüre auch hier deine Herzenergie und danke dem Universum.



- Wenn Du weitere Chakra-Arbeit durchführen möchtest, dann kannst du nun zur Herzchakra-Meditation gehen und den nächsten Punkt überspringen.
- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.



## Viertes Chakra

Das Herzchakra liegt auf der Höhe des Herzens und ist der Mittelpunkt des Chakrensystems. Es ist in seiner gereinigten Form der Sitz der bedingungslosen Liebe. In diesem Lernstadium erfährt der Mensch, was Liebe geben heißt. Er sieht sich nicht mehr nur als empfangendes Wesen, oder als Ich, sondern als Teil einer Gemeinschaft. Auch das Mitgefühl und die Menschlichkeit, gehören zu diesem Bewusstseinsstadium. Körperliche Störungen aufgrund eines nicht

richtig entwickelten Herzchakras, sind Herz- und Kreislaufkrankungen, sowie Haut- und Lungenerkrankungen. Seelisch äußert sich eine Störung durch Kontaktschwierigkeiten, Gefühlskälte aber auch mangelnde Abgrenzung.

Das Herzchakra ist das Zentrum der Zuneigung, Hingabe und Heilung. Befindet es sich in einem Zustand der Ausgeglichenheit, öffnet sich unsere Wahrnehmung für die Schönheit und Harmonie in der Natur und Kunst, verleiht uns eine tiefe Lebensfreude, Einfühlungsvermögen und eine Liebe, die frei von Bedingungen ist.

### **Aktiviertes Herzchakra:**

Das aktivierte Herzchakra, führt nicht nur in zwischenmenschlichen Beziehungen zu Fruchtbarkeit. Wessen Herz "offen" steht, fühlt sich mit der Welt im wahrsten Sinne des Wortes, verbunden. Ein Mensch mit entwickeltem Herzchakra, kann die Menschen so nehmen, wie sie sind. Er versteht und begreift ihr innerliches Wesen - und liebt es, unabhängig davon, wie jemand sich oberflächlich gesehen verhält, kleidet, pflegt oder nicht pflegt. Menschen mit einem aktivierten Herzchakra, sind gesellig und übernehmen gerne soziale Verantwortung, nicht aufgrund äußerlicher Zwänge, sondern aufgrund innerlicher Berufung. Wer auf sein Herz hört, kommt in Kontakt mit einer intuitiven Weisheit, die die tieferen Zusammenhänge des Lebens durchschaut und deren Ratschläge und Tipps nicht nur die eigenen Interessen, Wünsche und Vorstellungen berücksichtigt, sondern auch die der anderen.

Das Herzchakra ist der Sitz der reinen Liebe. Dieses Chakra ist das Zentrum, das uns befähigt, die universelle Lebensenergie - Reiki - aus den Händen fließen zu lassen und andere zu heilen. Ein aktives Chakra befähigt dazu, Dinge mental zu beeinflussen. Möglich sind beispielsweise Gedankenübertragung und Fernheilung. "Der Wille kann Berge versetzen." Alles, was man in seinem Leben ernsthaft erreichen möchte, wird in Erfüllung gehen.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Herzchakra**  
Mitgefühl, tiefes Verständnis und sich hineinversetzen, Überwindung von eigen-nützigem Denken und Handeln, umfassende uneigennützig Liebe, Toleranz ge-genüber Andersdenkenden und fremden Kulturen, es fällt leicht für andere Ver-antwortung zu übernehmen, auch sich selbst trotz Schwächen und Fehler liebevoll annehmen, Herzenswärme

#### **Blockiertes Herzchakra:**

Die Blockade äußert sich in Lieblosigkeit, Insensibilität und "Coolness". Menschen mit blockiertem Herzen machen Sex - aber keine Liebe. Die fehlende, gehemmte oder blockierte Liebe, führt häufig zu Suchtverhalten. Sei es in Form von Geld, Erfolg oder Alkohol, Kokain, Haschisch und anderen Drogen - der Herzlose fühlt die innerliche Leere und muss diese, in welcher Form auch immer, ausfüllen. Doch keine "Ersatzdroge" kann den Verlust des Herzens ausgleichen. Erst die Erfüllung der tatsächlichen Sehnsucht nach Wärme und Liebe führt zur Heilung.

#### **Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Herzchakra:**

Lieblosigkeit, Herzenskälte, Verbitterung, Kontaktschwierigkeiten, Einsamkeit, Probleme Liebe anzunehmen, Beziehungsprobleme, Koronare Herzerkrankungen + Angina Pectoris, Herzrhythmusstörungen, hoher oder niedriger Blutdruck, erhöhte Cholesterinwerte, Durchblutungsstörungen, Lungenerkrankungen, Asthma, Atem-beschwerden, häufige Erkältungen, Allergien, Schmerzen in der Brustwirbelsäule und Schultern, Rheuma in Armen und Händen, Hauterkrankungen

#### **Funktion der Drüsen, die dem Herzchakra zugeordnet sind:**

Die Thymusdrüse gehört zum lymphatischen System und produziert Thymosin. Dieses Hormon ist zuständig für die Entwicklung von T-Lymphozyten, die wieder-um fähig sind, körperfremde Zellen und Mikroorganismen zu vernichten. Sie steuert die Produktion der Infektionsabwehrenden weißen Blutkörperchen. Die Drüse ist wichtig für das gesamte Immunsystem. Nach bisheriger schulmedizinischer Erkenntnis, bildet sich die Thymusdrüse nach der Pubertät zurück und wird durch Bindegewebe und Fettgewebe ersetzt.

#### **Psychische Auswirkungen eines blockierten Herzchakras**

Eine Störung des Herzchakras verursacht in meiner Wahrnehmung meist die Über-betonung eines der beiden Pole von Beziehung: entweder in Form narzisstischer Selbstbezogenheit und einer Verweigerung gegenüber der Welt oder als eine auf-opfernde, bis zu Selbstaufgabe und Selbsthass reichende Abhängigkeit von der Liebe anderer Menschen. In beiden Formen zeigt sich die grundlegende Illusion, von der Liebe abgeschnitten zu sein, die aus einer äußeren Quelle erwartet wird und das Gefühl, nichts zu geben zu haben.

Im ersten Fall führt die Störung des Herzchakras meiner Erfahrung nach zu Ver-härtung, Gleichgültigkeit, gefühlsmäßiger Distanziertheit, der Unfähigkeit, zu

vergeben, oft anhaltender Negativität, sowie Schwierigkeiten oder Weigerung, in Beziehungen echte Nähe zuzulassen und Liebe zu geben oder zu empfangen. Gefühlskälte, Härte, Verschlussenheit, Anklage, Verurteilung, Groll und Misstrauen gegenüber sich selbst, anderen Menschen und dem Leben/Gott sind ebenfalls häufige Auswirkungen. Diese Trennung sowohl von anderen Menschen als auch vom Leben, der eigenen Seele und dem Göttlichen kann eine existenzielle Einsamkeit verursachen, welche diese Menschen in meiner Beobachtung oft vor sich selbst als Unabhängigkeit zu kaschieren versuchen. Dahinter steckt oft eine Tiefe Verletzung oder die Angst vor Verbundenheit und Abhängigkeit.

Menschen, die zur Selbstaufgabe neigen, glauben hingehen, sich die Liebe anderer Menschen und Gottes ständig verdienen zu müssen und glauben doch insgeheim, diese Liebe nicht zu verdienen. Diese Menschen dienen, aber nicht aus der Fülle ihrer Liebe, sondern sie dienen, um Liebe zu bekommen. Sie sind völlig abhängig von der Welt, die ihnen als der einzige Zugang zur Liebe erscheint. Es ist ihnen nicht möglich, allein zu sein oder Liebe in sich selbst zu empfinden.

### **Körperliche Auswirkungen eines blockierten Herzchakras**



Auf der körperlichen Ebene kann sich eine Blockade des Herzchakras meiner Erfahrung nach in folgenden Problemen zeigen: Eingefallene Schultern, Herzerkrankungen und Angina Pectoris, Herzrhythmusstörungen, hoher oder niedriger Blutdruck, erhöhte Cholesterinwerte, Durchblutungsstörungen, Lungenerkrankungen, Asthma, Atembeschwerden, Allergien, Schmerzen in der Brustwirbelsäule und Schultern, Rheuma in Armen und Händen und Hauterkrankungen. Auch Erkrankungen der Atemwege wie Bronchitis, Asthma, Emphysem und andere sind möglich.

### **Herzchakra öffnen**

Die Heilung eines blockierten Herzchakras erfordert vor allem die Bereitschaft, wieder bedingungslos zu fühlen und zu spüren, tief in die Erfahrung einzutauchen – in die angenehmen, wie auch die unangenehmen und in diesem Spüren in eine Akzeptanz jenseits aller Wertungen zu gelangen, in reines liebendes Empfinden von dem, was ist. Das Herzchakra öffnen bedeutet auch, sich der eigenen Verletzlichkeit aufrichtig zu nähern, sich der tiefen Sehnsucht nach bedingungsloser Liebe bewusst zu werden – und diese Liebe in sich selbst zu entdecken.

Die letztliche Heilung des Herzchakras liegt in der Erkenntnis der wahren Natur der Liebe: Das sie der wahre Urgrund unseres eigenen Wesens ist, ewig, allgegen-

wärtig, unerschöpflich und ununterbrochen. Dass die Liebe nicht etwas ist, was wir bekommen, sondern etwas, das sich in uns und durch uns offenbart.

Dazu ist es auch nötig, die wahre Bedeutung von Selbstbezogenheit und Selbstaufgabe zu erkennen: Die Wahrheit in der Selbstbezogenheit ist, dass wir Liebe nur in uns selbst verwirklichen können. Die Wahrheit der Selbstaufgabe ist, dass Liebe dann fließt, wenn wir leer genug sind, mit Liebe gefüllt zu werden. Wir empfangen nur, um zu geben. Erst wenn wir als Person mit unseren Bedürfnissen zur Seite treten und die Liebe wirklich absichtslos scheinen lassen können, erfüllt sich ihr höchstes Potenzial. Im verletzten Zustand werden diese Wahrheiten bis ins Absurde verzerrt.

Oft sind zunächst viele Blockaden und Schutzmechanismen zu heilen. Unaufgelöste Erfahrungen von Verlust, existenzieller Trauer und Schmerz wollen gefühlt und erlöst werden. Diese Blockaden können erst dann wirklich gelöst werden, wenn man aufrichtig bereit ist, das Drama des Lebens loszulassen, sich selbst, dem Leben und allen Menschen tief zu vergeben und sich wirklich ganz in die Liebe zu begeben.

Arbeit mit dem inneren Kind und Teenager kann sinnvoll sein, wenn diese Zeiten mit schmerzhaften Gefühlen einhergehen, auch Co-Abhängigkeiten in Beziehungen und die dahinter liegenden Gründe können ein Thema der Herzensarbeit sein. Verschiedene Techniken der Vergebungsarbeit sind ebenfalls oft sinnvoll.

Ein anderer wichtiger Aspekt ist es, eine tiefe Präsenz mit dem Spüren zu entwickeln – einem tiefen und voll bewussten Erfühlen des Moments mit allen Sinnen. Sich immer feinerer Nuancen des eigenen Fühlens (jenseits der groben Emotionen) bewusst zu werden und auch in schwierigen und schmerzhaften Prozessen in der Lage zu sein, diesen liebevollen und furchtlosen Raum des Spürens offenzuhalten, hat großen Einfluss auf das Herzchakra.

Die karmischen Schichten des Herzchakras offenbaren sich selbst, sobald der Kausalkörper voll aktiviert ist, dies kann meiner Erfahrung nach zu spontanen Rückführungen in vergangene Leben führen, die oft schmerzhaft Erinnerungen aber auch eine große Befreiung mit sich bringen. Rückführungsarbeit und Hilfe von hellstichtigen Personen können helfen, hier die tieferen Ursachen für Blockaden aufzudecken.

Atemarbeit und sinnlich-kreative Arbeit mit den Händen entfalten durch die enge energetische Verbindung eine positive Wirkung auf das Herzchakra, genau wie ehrliche und liebevolle Umarmungen und Berührungen.

Aber nicht nur versteckter Schmerz, sondern auch die ursprüngliche Sensitivität, Freude und Dankbarkeit des Herzens und das tiefe Vertrauen in das Leben und die Liebe wollen wieder entdeckt werden. Schon die Natur und die alltäglichen wunderbaren Kleinigkeiten wahrzunehmen und sich an den kleinen Dingen des Lebens zu erfreuen, kann hier einen kleinen Reinigungsprozess in Gang setzen. Die Unterstützung durch Energiearbeit, Chakra-Meditation, Steine, Aromen, Räuchern sowie eine bestimmte Ernährung ist ebenfalls ein Bestandteil der Heilarbeit.



## Meditation: Herzchakra aktivieren

### “Den Herzensraum betreten”

Begebe dich an einen ruhigen, ungestörten Ort, an dem Du gerne bist. Setze dich entweder in den Lotus- oder in den Schneidersitz. Lege deine Hände mit den Handflächen nach unten auf deinen Knien ab. Achte auf eine möglichst gerade Sitzhaltung. Schließe nun deine Augen. Beobachte während der gesamten Übung deine Gefühle, Gedanken und Bilder, die sich dir zeigen. Versuche dabei, fern von Beurteilung und Analyse zu bleiben.

- Lenke deine Aufmerksamkeit auf deine Herzgegend. Spüre deine eigene Herzensenergie. Wie fühlt sie sich an?
- Wie fühlt sich dein Herz an? Welche körperlichen und energetischen Empfindungen spürst du?
- Welche Gefühle kannst du wahrnehmen?
- Stell dir dein Herz voller Licht vor. Atme reines klares Licht in dein Herz. Lass es sich mehr und mehr ausdehnen, bis dein ganzer innerer Raum von diesem Licht erfüllt ist. Lass dieses Licht nun auch nach außen strahlen
- Nun gehe tiefer in dein Herz, lass dich fallen. Umarme dein eigenes Herz. Gib dich hin.
- Beobachte alle Erfahrungen die dir kommen und lasse mit jedem Atemzug ein wenig mehr los, um dich in den Raum deines Herzens fallen zu lassen.
- Kannst du Qualitäten von Frieden, Hingabe oder Liebe wahrnehmen? Dann lass dich in sie fallen? Ansonsten spüre, was immer dir begegnet und umarme es tief und innig.
- Spüre die Nähe dieser Begegnung mit dir selbst, kuschele mit deiner eigenen Energie.

- Erlaube, dass sich deine Energie ausdehnt, nach außen fließt, sich verschenkt
- Umarme dich selbst in tiefer Liebe und Annahme und spüre den Frieden und die Wärme, die aus dieser Selbstumarmung entsteht – spüre die bedingungslose Liebe deiner Seele zu dir selbst
- Spüre die Liebe zu den Menschen in deinem Leben, zur Natur, zum Universum. Fühle den Reichtum in dir, der sich vermehrt, wenn Du ihn bewusst verschenkst
- Spüre diesen Raum deines Herzens, deinen eigenen inneren Tempel, die Heimat deiner Seele. Lass sich ganz dort ankommen, lass sich fallen.
- Fühle die Schönheit, die Zartheit und das Göttliche in dir, in Dankbarkeit für dich selbst
- Bade in dir selbst, bis du bereit bist, deine Augen wieder zu öffnen

Nimm das Gefühl mit in deinen Alltag, kehre im Laufe des Tages immer wieder bewusst an diesen Ort zurück

### **Alternative Meditation bei Schwierigkeiten:**

Wenn du die ersten Male nichts Intensives spüren kannst, ist das nicht schlimm, sondern relativ normal. Vielleicht helfen dir folgende Schritte:

- Richte deine Aufmerksamkeit einfach auf dein Herz und fühle, wie dein Ein- und Ausatmen dein Herz berührt. Nimm das Gefühl von Ausdehnung Wärme wahr, das beim Einatmen erzeugt wird und das Gefühl von Geben, Ausstrahlung und Befreiung bei der Ausatmung.
- Sei dir bewusst, dass du Liebe bist – hege keine Erwartungen, sondern sei einfach nur in diesem Moment, in diesem Bewusstsein
- Denke nun an einen Moment in deinem Leben, indem du tiefe zarte Liebe gespürt hast: ein herzergreifendes Lied vielleicht, ein Kind oder ein kleines Tier, was dein Herz gerührt hat, eine tiefe Umarmung, ein Moment der Seelenbegegnung... erinnere dich. Spür dich noch einmal in diesem Moment. Wie war das? Wie hast du dich gefühlt? Fühle deine Liebe und Hingabe.



- Spüre die Energie dieser Liebe, fühle sie körperlich und versuche, alles andere loszulassen und dich in dieses Gefühl fallen zu lassen
- Mit jedem Atemzug lasse dieses Gefühl sich immer mehr ausdehnen, bis du die Grenzen der Ausdehnung erreicht hast.
- Bleibe eine Weile dort.
- Versuche, diesen inneren Zustand so lange wie möglich zu halten, wenn du wieder in die Außenwelt zurückkehrst.

Wiederhole diese Übungen am besten mehrmals täglich, um den Raum deines Herzens weiter und weiter werden zu lassen und ihn immer leichter betreten zu können. So aktivierst und öffnest du dein Herzchakra mehr und mehr.

### **Meditation: Herzchakra öffnen, stärken und heilen**

Dauer: ca. 5 bis 10 Minuten

Begebe dich an einen ruhigen, wohltuenden Ort in den Lotusblüten- oder Schneidersitz, lege die Hände mit den Handflächen nach unten auf den Knien ab (du kannst auch das traditionelle Mudra und Mantra verwenden – siehe unten) und atme dreimal tief aus und ein. Achte darauf, eine gerade Sitzhaltung einzunehmen.

### **Konzentration auf das Herzchakra**

- Stelle dir nun vor, wie lange Wurzeln in den Boden wachsen, wie du dich dadurch eine Verbindung zur Erde herstellst. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen
- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt
- Atme eine Weile tief ein und aus, mit der Aufmerksamkeit in deinem Herzen
- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Licht besteht, so auch du

## Atmen in das Herzchakra

- Beim Einatmen atmest du weißes, reines Licht in Wurzelchakra, dein Sakralchakra, hinauf durch das Solarplexuschakra bis zu deinem Herzchakra. Wenn du magst, stell dir vor, wie sich dabei das Licht von tief rot in deinem Wurzelchakra zu grün wandelt, wenn es dein Herzchakra erreicht.
- Beim Ausatmen fließt dieses Licht wieder durch dein Feld und über die unteren Chakren zurück an das Universum
- Fühle, wie sich die unteren Chakren mit Licht füllen, dieses an das nächste Chakra weitergeben, bis es sich schließlich in deinem Herzchakra zu einer grünen Lichtkugel mehr und mehr ausdehnt.

## Abschluss der Meditation

Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation

- Lege deine Hände in der Herzgegend ab, spüre auch hier deine Herzensenergie und danke dem Universum.
- Wenn Du weitere Chakra-Arbeit durchführen möchtest, dann kannst du nun zur Halschakra-Meditation gehen und den nächsten Punkt überspringen.
- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.



## Fünftes Chakra

Das Halschakra, befindet sich das Zentrum der Kommunikation und des kreativen Selbstaussespraches, der Selbstbestimmung und Unabhängigkeit. Hier öffnen wir uns für feinstoffliche Dimensionen, können die Botschaften der inneren Stimme und geistige Inspiration empfangen und in Kontakt mit dem innewohnenden Geist treten.

Bei einem vollständig geöffneten Halschakra, werden Gefühle, Gedanken und innere Erkenntnisse ohne Furcht offen ausgedrückt. Man ist in der Lage, Schwächen ebenso wie Stärken zu zeigen. Dieses Chakra zeigt auch, ob eine Person fähig ist, anzunehmen was sich ihr anbietet. Ist das Halschakra disharmonisch, so kann das Leben und die Gefühle nicht angenommen werden, die sich bieten. Oft wird dies mit Misstrauen kompensiert. Man betrachtet die Welt als einen feindlichen Ort. Man ist vorsichtig und hat negative Erwartungen hinsichtlich dessen, was auf einen zukommt. Man erwartet eher Feindseligkeit, Gewalt oder Demütigung und nicht Liebe und Nahrung. Da man mit diesen Erwartungen ein negatives Kraftfeld um sich aufbaut, zieht man auch negative Erfahrungen an, entsprechend dem Gesetz "Gleiches zieht Gleiches an".

### **Aktiviertes Halschakra:**

Das aktivierte Halschakra, äußert sich in einer starken Kommunikationsfähigkeit. Damit ist nicht das oberflächliche Schwatzen gemeint, sondern die Fähigkeit, sich und andere zu verstehen, und sich selbst verständlich gegenüber anderen zu machen. Ein aktives Halschakra, befähigt den Menschen, zuzuhören. Er ist diskussionsfreudig und in der Lage, über seine Gefühle zu reden. Menschen mit einem ausgeglichenen Halschakra, sind sehr kreativ und offen für Inspirationen.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Halschakra**  
Verbale und kreative Ausdrucksfähigkeit, Sprachgewandtheit, Kommunikationsfähigkeit, bewusster Umgang mit Worten (Wahrhaftigkeit), schöne Stimme, Musikalität

### **Blockiertes Halschakra:**

Menschen, deren Halschakra blockiert ist, sind nicht in der Lage, sich verständlich zu machen, Ihre Ideen, Meinungen und Vorstellungen auszudrücken und so den

verbalen Austausch mit anderen zu pflegen. Diese Hemmung äußert sich in Scheu, Sprachblockaden und auch der Unfähigkeit, dem anderen zuhören zu können.

### **Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Halschakra:**

Schwierigkeiten Gefühle und Gedanken in Worte zu fassen, Angst seine eigene Meinung zu vertreten, Hemmungen, Schüchternheit, kein Zugang zur inneren Stimme, Halsschmerzen, Hals- und Mandelentzündungen, Heiserkeit, Sprachstörungen z. B. Stottern, Mundhöhlen-, Zahnfleisch- Kieferentzündungen, Schmerzen in Halswirbelsäule, Nacken + Schultern, Über- / Unterfunktion der Schilddrüse und damit einhergehende Störungen wie z. B. Nervosität/Antriebsschwäche

### **Funktion der Drüsen, die dem Halschakra zugeordnet sind:**

Die Schilddrüse produziert unter anderem das Hormon Thyroxin, das für Wachstum, Entwicklung und Nervenfunktion verantwortlich ist. Sie steuert den Energieverbrauch/Stoffwechsel im Körper und die Entwicklung des Körpers. Die Nebenschilddrüse steuert den Kalziumspiegel des Blutes.

### **Psychische Auswirkungen eines blockierten Halschakras**

Bei Menschen mit einem blockierten Halschakra ist der Selbstaussdruck und die Kommunikation mit der Umwelt gestört. Weder ist es ihnen möglich, Bedürfnisse, Wünsche, Meinung, Ideen und Vorstellungen zu kommunizieren, noch sind sie in der Lage, anderen zuzuhören. Oft steckt dahinter die Angst, sich zu zeigen. Angst ist in jeglicher Hinsicht ihr Hemmnis, mit anderen in Kontakt zu treten – Angst vor Kritik, Angst vor Ablehnung, Angst vor negativen Reaktionen, Angst, die Kontrolle zu verlieren. Diese Ängste führen oft zu einem ausgeklügelten Netz an Lügen – sich selbst und anderen gegenüber – oder zu ständigen Übertreibungen bis zu bizarren Formen der Selbstinszenierung, um niemandem seine wahres Wesen zeigen zu müssen.

Auch haben die Betroffenen kaum Zugang zu ihrer inneren Stimme und kein Vertrauen zur eigenen Intuition. Sie haben wenig bis kein Selbstvertrauen, wirken verklemmt und oftmals teilnahmslos. In extremen Fällen leiden sie unter Sprachstörungen wie z.B. Nuscheln und Stottern. Da auch ihr kreativer Selbstaussdruck gestört ist, nehmen sie ihre Welt oft farblos und arm war, in Ermangelung ihrer Fähigkeit, zu träumen, auszuprobieren, zu improvisieren und Ideen zu entwickeln. Der Schmerz der Seele, sich nicht ausdrücken zu können, spiegelt sich auf der psychologischen Ebene in Reue, Selbstverurteilung und übermäßiger Härte im Selbsturteil.

## Körperliche Auswirkungen eines blockierten Halschakras



Auf der körperlichen Ebene kann sich eine Störung des Halschakras in folgenden Problemen äußern: Immer wiederkehrende Entzündungen des Rachens oder der Nebenhöhlen, der Mundhöhle und des Zahnfleisches, Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse und damit einhergehend Antriebslosigkeit und/oder Nervosität, Probleme mit den Zähnen und Schmerzen im Bereich von Schultern und Nacken sowie der Halswirbelsäule. Auch Osteoporose kann auf einen gestörten Calciumhaushalt hinweisen, als Folge einer Erkrankung der Nebenschilddrüsen.

### Halschakra öffnen

Die Heilung des Halschakras setzt dort an, wo die eigene innere Wahrheit verleugnet oder durch Ego-Identitäten verzerrt wird. Seine eigene Wirklichkeit zu erkennen und anzunehmen wird helfen, dieser auch Stück für Stück Ausdruck zu verleihen – bis wir schließlich in jeder Situation unsere höchste Wahrheit unserer Seele leben und ausdrücken können.

Dazu gehört, zu lernen, seine eigenen inneren Botschaften von den adaptierten Botschaften Dritter, z.B. der Eltern, zu unterscheiden. Aber ganz besonders gilt es, die eigenen Lügen und Unaufrichtigkeiten aufzudecken – die Punkte, an denen wir unsere Authentizität und Integrität verlieren, uns verstellen oder bestimmte Rollenbilder imitieren. Sich von der Angst vor Zurückweisung, Kritik, Unverständnis, Hohn oder ähnlichen negativen Reaktionen zu befreien und wirklich zu sich selbst zu stehen, hat extrem befreiende Wirkung auf das Halschakra.

Klangheilung über die Stimme, Schauspiel, Pantomime und auch ein Rhetoriktraining kann meiner Erfahrung nach helfen, sich ein größeres Spektrum des Ausdrucks zu erschließen. Hilfreich ist auch das bewusste Wahrnehmen von Gelegenheiten, vor anderen Menschen oder in Gruppen zu sprechen und die dabei aufsteigenden Gefühle zu beobachten. Alles, was unsere Stimme erklingen lässt, z.B. Gesang und Gespräche, ist heilsam für ein blockiertes Halschakra. Die Unterstützung durch Energiearbeit, Chakra-Meditationen, Steine, Aromen, Räuchern sowie eine bestimmte Ernährung ist ebenfalls ein Bestandteil der Heilarbeit.



## Meditation: Halschakra aktivieren

Atemübung zur Aktivierung des Halschakras

Dauer: ca. 15 Minuten

- Stell dich aufrecht hin, die Beine schulterbreit auseinander, die Knie leicht gebeugt
- Geh mit der Aufmerksamkeit zu deinem Kehlkopf
- Atme 5-10 Minuten lang tief durch die Nase ein und aus.
- Verenge deinen Kehlkopf dabei ein wenig, so dass sich dein Atem anhört, wie im Tiefschlaf
- Lenke deine Aufmerksamkeit voll und ganz auf deine Atemgeräusche
- Nun stütze mit der Einatmung deine Arme auf deinen Knien ab, neige den Oberkörper etwas nach vorne und drücke das Kinn zum Brustbein hinunter
- Halte diese Stellung, solange es sich gut anfühlt und löse sie, wenn der Impuls zur Ausatmung kommt
- Wiederhole dies so oft es sich für dich gut anfühlt
- Spüre nun dein Halschakra, atme reine, klare Energie in dein Halschakra
- Mit jeder Einatmung nimmst du mehr Energie in das Halschakra auf, mit jeder Ausatmung dehnt sie sich aus und fließt durch dein Feld zurück zum Universum.
- Spüre der Veränderung nach und öffne die Augen, wenn es sich für dich richtig anfühlt.

## **Meditation: Halschakra öffnen, stärken und heilen**

### Vorbereitung der Meditation

Begebe dich an einen ruhigen, wohltuenden Ort in den Lotusblüten- oder Schneidersitz, lege die Hände mit den Handflächen nach unten auf den Knien ab und atme dreimal tief aus und ein. Achte darauf, eine gerade Sitzhaltung einzunehmen.

### Konzentration auf das Halschakra

- Stelle dir nun vor, wie lange Wurzeln in den Boden wachsen, wie du dich dadurch eine Verbindung zur Erde herstellst. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen
- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt.
- Atme für eine Weile tief ein und aus und ruhe mit der Aufmerksamkeit dabei in deinem Halschakra
- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Licht besteht, so auch du

### **Atmen in das Halschakra**

- Beim Einatmen saugst du weißes, reines Licht durch das Wurzelchakra durch das Sakralchakra, das Solarplexuschakra und Herzchakra bis zu deinem Halschakra. Wenn du magst, stell dir vor, wie sich dabei das Licht von tief rot in deinem Wurzelchakra hin zu blau wandelt, wenn es dein Halschakra erreicht.
- Beim Ausatmen fließt dieses Licht wieder über dein ganzes Feld und die unteren Chakren zurück an das Universum
- Fühle, wie sich die unteren Chakren mit Licht füllen, dieses an das nächste Chakra weitergeben, bis es sich schließlich in deinem Halschakra zu einer blauen Lichtkugel mehr und mehr ausdehnt.
- Spüre, wie sich dein Halschakra immer weiter ausdehnt.

## **Abschluss der Meditation**

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation
- Lege deine Hände auf deine Brust, spüre deine Energie und danke dem Universum.
- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.





## Sechstes Chakra

Im Stirnchakra, finden wir die Erkenntnisfunktionen. Es ist der Sitz des Geistes und Verstandes, sowie der Willensprojektion. Geöffnet und in harmonischer Funktion, vermittelt es uns die Fähigkeit zur Intuition und außersinnlichen Wahrnehmung wie auch zur Manifestation durch Gedankenkraft.

Das Stirnchakra ist verantwortlich für die Durchsetzung der schöpferischen Ideen, die im Zentrum entstehen. Wenn das "Dritte Auge"

offen ist, folgen den Ideen die angemessenen Handlungen, durch die du dich in der physischen Welt materialisieren kannst.

Ist es in Disharmonie, hat die Person große Schwierigkeiten, ihre Ideen umzusetzen. Besonders enttäuschend kann es sein, wenn das vordere Zentrum offen ist und das rückwärtige geschlossen. Man hat viele kreative Einfälle, aber es wird nie etwas daraus. Vorwiegend hat man ungläubwürdige Entschuldigungen dafür und macht die Außenwelt für das Problem verantwortlich.

### **Aktiviertes Stirnchakra:**

Ein Mensch, dessen "Drittes Auge" aktiviert ist, verfügt über ein hohes Vorstellungsvermögen. Ob Architekt, Ingenieur oder strategischer Planer eines Unternehmens: das "Dritte Auge" hilft, eine rohe Idee in eine ausgereifte, detaillierte Vorstellung zu verwandeln. Einstein erdachte sich die Relativitätstheorie durch mentale Experimente, in denen er mit bestimmten, bildhaften Vorstellungen jonglierte.

Wer sein "Drittes Auge" entwickelt hat, kann souverän auch mit negativen Gedanken umgehen und diese in positive Impulse verwandeln. Darüber hinaus, sind Menschen mit einem stark entwickelten Auge in der Lage, Vorstellungen energetisch aufzuladen und diese mental zu versenden (Telepathie).

Ein ausgeglichenes Stirnchakra befähigt uns, Schwingungen und unausgesprochene Dinge wahrzunehmen. Wir lassen uns von unserer Inspiration leiten. Hier entwickelt sich der so genannte 6. Sinn, gute Unterscheidungsfähigkeit und Sensibilität. Hier ist auch das Zentrum für logisches Denken und Konzentration.

Dieses Chakra befähigt den Menschen zur Selbsterkenntnis. Er kann hellseherisch sein und Visionen empfangen und verstehen. Ebenso ist er in der Lage, telepathische Botschaften zu senden und zu empfangen. Hier sitzt die inspirative Kraft und Energie der Meditation und des Wahrsagens.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Stirnchakra**  
Gutes Gedächtnis und Konzentrationsfähigkeit, gute Intuition und Erkenntnis höherer Wirklichkeiten über das Alltagsbewusstsein hinaus, übersinnliche Wahrnehmung (Telepathie), gute Vorstellungskraft und viel Phantasie, geistige Klarheit, Selbsterkenntnis

### **Blockiertes Stirnchakra:**

Wo das dritte Auge blockiert ist, beherrschen häufig Alpträume, Stress, Ängste und Sorgen das emotionale und gedankliche Szenario. Man ist nicht in der Lage, angemessen zu planen (in die Zukunft sehen zu können), es mangelt an langfristigen Perspektiven. Hinzu kommen Konzentrationsschwächen und ein unreflektiertes Denken, das sich nicht nur in Ideenlosigkeit sondern auch wechselhaften, launischen und widersprüchlichen Gedankenumschwüngen äußert, die nicht miteinander harmonisiert werden können.

### **Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Stirnchakra:**

Konzentrations- und Lernschwächen, fehlende Einsicht und Phantasie, ein unruhiger Geist, Schizophrenie, Ängste + Wahnvorstellungen, Aberglauben + geistige Verwirrung, Stimmungstiefs (Sinnlosigkeit), Kopfschmerzen + Migräne, Gehirnerkrankungen, Augenleiden, Ohrenleiden, chron. Schnupfen + Nebenhöhlenentzündungen, Erkrankungen des Nervensystems + neurologische Störungen

### **Funktion der Drüsen, die dem Stirnchakra zugeordnet sind:**

Die Hirnanhangsdrüse (Hypophyse) steuert das Knochenwachstum und reguliert die Aktivität der übrigen endokrinen Drüsen und bestimmter Organe, wie Niere, Nebennieren, Haut, Knochen, Schilddrüse, Hoden und Eierstöcke. Dies hat unter anderem direkt Auswirkungen auf Körpertemperatur, Hunger, Durst und Sexualtrieb. Die Hypophyse gilt als Schaltstelle des gesamten endokrinen Systems, ihre Aktivität wird sehr stark vom Hypothalamus beeinflusst.

### **Psychische Auswirkungen eines blockierten Stirnchakras**

Personen, deren Stirnchakra nicht entwickelt ist, fehlt der Sinn für Mystisches. Alles wird von der materiellen und verstandesgesteuerten, intellektuellen Ebene betrachtet, Spiritualität hat wenig bis keinen Platz in ihrem Leben. Nur das Sichtbare, Messbare, Analytische wird als real akzeptiert, begleitet von einer Intoleranz gegen alles, was darüber hinausgeht. Die Gedanken kreisen sich oft um Ängste und Sorgen. Dies führt oftmals zu einer geistigen Verlorenheit und Orientierungslosigkeit und infolge dessen zu Gefühlen der Sinnlosigkeit. Diese Menschen leben oft stark aus ihren Konditionierungen heraus. Originelle, visionäre Gedanken und die Entwicklung langfristiger Pläne sind den Betroffenen nicht möglich. Sie leiden oft auch unter Konzentrationsschwäche. Illusionäre Wirklichkeiten, Alpträume, Wahnvorstellungen und Halluzinationen können Indikatoren für ein aktiviertes, aber stark gestörtes Stirnchakra sein.

### **Körperliche Auswirkungen eines blockierten Stirnchakras**



Auf der körperlichen Ebene zeigt sich eine Störung des Stirnchakras meiner Erfahrung nach gerne in Kopfschmerzen und Migräne, Gehirnerkrankungen, Augenleiden, Ohrenleiden, chron. Schnupfen und Nebenhöhlenentzündungen, Erkrankungen des Nervensystems und neurologische Störungen, Gedächtnisstörungen und Epilepsie.

### **Öffnung des Dritten Auges / Stirnchakras**

Wichtigster Punkt zur Öffnung des Stirnchakras ist die Ausrichtung auf die Intuition und innere Führung und natürlich eine intensive Zuwendung zur eigenen inneren Welt durch Meditation. Auch bei kleinen täglichen Entscheidungen kann durch einfache Ja/Nein-Abfragen die Verbindung zur Intuition gestärkt werden. Vertrauen in die höhere Führung ist dabei der zentrale Punkt. Dabei spielen richtig und falsch, und das warum keine Rolle – es ist gerade dieses ständige mentale Hinterfragen, was das Stirnchakra blockieren kann.

Tiefer hinter die Dinge zu schauen, energetische Qualitäten zu erspüren, subtilste Ahnungen und Empfindungen zu achten, stärkt das Stirnchakra. Eine Defokussierung des Blicks hin zu einer offenen Panorama-Sicht, bewusstes Verankern in der Präsenz und Klarheit, sind ebenfalls enorm hilfreiche Übungen. Außerdem helfen Visualisation und Traumreise, Kunst und bildliches Denken. Die Unterstützung durch Energiearbeit, Chakra-Meditationen, Edelsteine, Aromen, Räucherstoffe sowie eine bestimmte Ernährung ist oft ebenfalls ein Bestandteil der Heilarbeit.



## **Meditation: Stirnchakra aktivieren**

Dauer: ca. 15 Minuten

- Setze dich in einer bequemen, aufrechten Haltung hin
- Schließe nun deine Augen und gehe mit jedem Atemzug tiefer in die Entspannung
- Spüre deinen Körper, dein Energiefeld und den Kontakt zur Erde
- Erlaube dir, getragen zu sein, lass los.
- Atme für eine Weile und lass dich dabei immer tiefer in deine eigene Energie fallen, bis du ganz bei dir bist
- Bringe deine Aufmerksamkeit nun sanft in den Raum in und um deinen Kopf
- Lass allen Fokus los, erlaube es deinem Bewusstsein weit und klar in diesem Kopf-Raum zu ruhen.
- Lass alle Anspannungen an deiner Stirn los, bring dein Bewusstsein stattdessen sanft in die Mitte deines Kopfes und lass es dort ruhen
- Nimm eine Qualität kristall-klarer Klarheit wahr, die deinen ganzen Kopf-Raum durchdringt
- Erlaube es allen energetischen Anspannungen, sich mit jeder Ausatmung immer mehr in dieser Klarheit aufzulösen, lass alles los, was nicht Klarheit ist
- Dehne dich immer weiter in diese Klarheit aus, lass allen Fokus gehen, entspanne deinen Geist völlig
  
- Nimmt wahr, dass Klarheit, Licht und Präsenz deine wahre Natur sind und wie sich dein innerer Raum mit Bewusstsein, Frieden und Wachheit füllt

- Nach ein paar Atemzügen beende deine Meditation und werde dir langsam wieder deiner Umgebung bewusst

## **Meditation: Stirnchakra öffnen, stärken und heilen**

Dauer: ca. 10 bis 15 Minuten

### **Vorbereitung der Meditation**

Begebe dich an einen ruhigen, ungestörten Ort, an dem Du gerne bist. Setze dich entweder in den Lotussitz oder in den Schneidersitz. Lege deine Hände mit den Handflächen nach unten auf deine Knien ab. (Du kannst auch das traditionelle Mudra verwenden – siehe unten). Achte auf eine möglichst gerade Sitzhaltung. Schließe nun deine Augen.

### **Konzentration auf das Stirnchakra**

- Beginne, tief aus- und einzuatmen. Beobachte deinen Atem, bis du eine innere Ruhe spürst
- Stelle dir nun vor, wie ausgehend von deinem Wurzelchakra lange energetische Wurzeln in den Boden wachsen, und dadurch eine Verbindung zur Erde entsteht. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen
- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt
- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Energie und Licht besteht, so auch du
- Spüre die Energie im Raum deines Wurzelchakras, lass alle Empfindungen zu, spüre einfach nur
- Stell dir vor, wie du beim Einatmen die Urkraft der Erde in deinen Beckenboden fließen lässt. Spüre, wie sich diese Energie in deinem Beckenbodenbereich in tiefrotem Licht mehr und mehr ausdehnt.

- Beim Ausatmen lass immer mehr alle Anspannungen in diesem Bereich los

- Wiederhole dies für einige Atemzüge, bis sich ein Gefühl der Leichtigkeit einstellt

- Lass nun die Energie aus dem Raum deines Beckenbodens vom Wurzelchakra über die folgenden Chakren bis in den Raum deines Stirnchakras fließen

.Atmen in das Stirnchakra

- Mit jedem Atemzug wächst das Licht in deinem Wurzelchakra zu einer wunderschönen roten Lichtkugel und in deinem Stirnchakra zu einer blauen Lichtkugel. Deine Chakren beginnen, von innen zu strahlen. Spüre hier die feinen Nuancen der Energie

- Fühle, wie sich dein Wurzelchakra und dein Stirnchakra mit Licht auffüllen und sich dabei immer weiter ausdehnen

.Abschluss der Meditation

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation

- Lege deine Hände in der Herzgegend ab, spüre auch hier deine Herzensenergie und danke dem Universum

- Wenn Du weitere Chakra-Arbeit durchführen möchtest, dann kannst du nun zur Kronenchakra-Meditation gehen und den nächsten Punkt überspringen.

- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.



## Siebtes Chakra

Das Kronenchakra befindet sich außerhalb des grobstofflichen Körpers, oberhalb des Kopfes. Es ist nach oben geöffnet und verbindet uns mit dem Himmel und dem Göttlichen. Es ist das Bewusstseinszentrum der Spiritualität, der Erleuchtung und der Religiosität des Menschen. Der Mensch gibt in diesem Stadium seine Identität auf, um den göttlichen Plan zu erfüllen. Blockaden äußern sich durch Immunschwäche und chronische Krankheiten. Außerdem können De-

pressionen, Verwirrtheit oder Realitätsflucht Hinweis auf Blockaden in diesem Chakra geben.

Das Kronenchakra bringt die Verbindung zum «Großen Ganzen», zum Universum und zum Seelenplan. Man „weiß“, dass Dinge wahr sind, ohne zu verstehen warum. Man macht sich keine Sorgen und versteht, dass alle Erfahrungen einen Sinn haben, egal wie schmerzhaft sie manchmal sein können. Man vertraut seiner inneren Führung.

### Aktiviertes Kronenchakra



Wessen Kronenchakra geöffnet ist, der verfügt über ein Verstehen und Begreifen der Welt, das sich unter anderem in treffsicheren Intuitionen äußert. Die Fähigkeit, zukünftige Ereignisse zu erahnen, zählen genauso dazu wie die Einsicht in tiefe Lebenszusammenhänge. Der verstärkte Kontakt nach oben, vermittelt eine "Lebensführung", die weit über die rein planerischen Instanzen des Verstandes oder das emotionale Begreifen des Körpers hinausgeht. Wer sich so mit der geistigen Welt verbunden fühlen kann, fürchtet nichts mehr, weil er wirklich weiß.

Nur wenigen Menschen ist es möglich, die höchste Erkenntnis und das Universelle Bewusstsein zu erlangen. Menschen, die sich auf dem Wege dahin befinden, begegnen ihren Mitmenschen mit Toleranz. Sie akzeptieren andere, ohne sie verändern oder sich einmischen zu wollen und zeigen großes Verständnis. Den meisten Menschen wird diese Seins Ebene verborgen bleiben.

**Kurzfassung - Indikatoren für störungsfreies Kronenchakra**  
Spirituelleres Verständnis, Selbstverwirklichung, tieferer innerer Frieden, und (vorausgesetzt, auch alle anderen Chakras sind voll entwickelt und frei von Störungen) Erleuchtung, Vollendung

### **Blockiertes Kronenchakra:**

Blockierungen in diesem Chakra, äußern sich häufig in einer tiefen Orientierungslosigkeit. Man lebt sein Leben, ist auch emotional, materiell und intellektuell erfolgreich, und trotzdem fehlt dem eigenen Leben Bedeutung, Sinn und Ausrichtung. Die geistige Leere, geht einher mit Gefühlen der Angst, der Entwurzelung und einer innerlichen Einsamkeit, die sich häufig in den Mittvierzigern oder später zunächst schleichend, später umso deutlicher bemerkbar macht. Sinnkrisen, die Frage, warum man das alles macht, sind die konsequente Folge dieses Mangels, der geheilt werden kann, wenn man sich mit seinem spirituellen Zentrum verbinden kann.

**Kurzfassung - Indikatoren für Störungen / Blockaden im Kronechakra:**  
Verhaftung in der materiellen Welt, ein Gefühl von Mangel, Leere und Unzufriedenheit, Weltschmerz, Dumpfheit, geistige Erschöpfung, Verneinung der Schöpferkraft, Immunschwäche, Nervenleiden, Lähmungserscheinungen, Multiple Sklerose, Krebserkrankungen, Ein- und Durchschlafstörungen

### **Funktion der Drüsen, die dem Kronenchakra zugeordnet sind:**

Die Erforschung der Zirbeldrüse und ihrer Funktion ist noch nicht abgeschlossen. Die Epiphyse, oder Lichtdrüse, nimmt die Schwingungsreize des Lichts auf und gibt diese an das Sehzentrum weiter. Die innere Uhr wird über die Epiphyse reguliert. Sie steuert vermutlich den Herzrhythmus und soll bei der Fortpflanzung eine Rolle spielen, wie auch die gesamte Hormonproduktion koordinieren.

### **Psychische Auswirkungen eines blockierten Kronenchakras**

Durch das Abgeschnitten-Sein von den höheren Aspekten, setzt die zunehmende Orientierungslosigkeit, gepaart mit geistiger Leere einen schleichenden Prozess der Entwurzelung und inneren Isolation in Gang, der sich oft ab einem Alter von Mitte Vierzig als sogenannte "Midlifecrisis" bemerkbar macht: Dem Gefühl, ein Leben völliger Bedeutungslosigkeit zu führen und nicht zu wissen, wer man ist.

### **Körperliche Auswirkungen eines blockierten Kronenchakras**

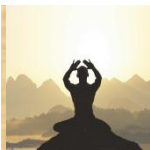
Meiner Erfahrung nach können folgende typische Probleme von Blockaden des Kronenchakras herrühren: Auf der körperlichen Ebene treten mit zunehmendem Alter Nervenleiden, Lähmungserscheinungen, Multiple Sklerose, Krebserkrankun-



gen, Ein- und Durchschlafstörungen sowie eine generelle Immunschwäche auf – alles Anzeichen dessen, dass sich der Mensch seiner innewohnenden Schöpferkraft und seiner natürlichen Sehnsucht nach einen höheren Teil seines Selbst verschlossen hat.

### **Kronenchakra öffnen**

Um das Kronenchakra zu aktivieren und zu heilen, ist es unumgänglich, die eigene Spiritualität zu entdecken und anzuerkennen und das Wissen um eine größere Wirklichkeit und die Hingabe an den kosmischen Plan in den Alltag zu integrieren. Meditation, Gebet und die Ausrichtung auf das höchste Ziel im Leben sind dabei hilfreich. Weiterhin können auch hier Energiearbeit, Chakra-Meditationen, besonders hochschwingende Edelsteine, Aromen, Räucherstoffe sowie eine bestimmte Ernährung unterstützend



## **Meditation: Kronenchakra aktivieren**

Begebe dich an einen ruhigen, ungestörten Ort, an dem Du gerne bist. Nimm eine bequeme Meditationshaltung ein, am besten den Lotus- oder Schneidersitz. Entspanne deinen Körper und atme einige Male tief ein und aus.

- Nun lenke deine Aufmerksamkeit sanft auf den Sitz deines Kronenchakras
- Stell dir nun vor, du würdest durch ein Fenster auf die sanfte Morgensonne blicken. Das Zimmer, indem sich das Fenster befindet, ist dein Körper, das Fenster ist dein Kronenchakra
- Das klare Licht fällt durch dein Kronenchakra, das Fenster, in dich, deinen Körper und verströmt ein angenehmes, beruhigendes Gefühl – es beruhigt deine Gedanken und Gefühle, verleiht dir innere Klarheit und Harmonie
- Lasse mehr und mehr los und entspanne dich in tief in das sanfte Licht, das deinen inneren Raum erfüllt und erhellt
- Spüre, wie es alle Spannungen löst, spüre das Gefühl von Befreiung und Heilung
- Bleibe mit deinem Bewusstsein einige Minuten bei diesen Gefühlen
- Nun reibe deine Handflächen aufeinander, lege sie auf dein Gesicht und entspanne so deine Gesichtsmuskeln
- Beuge deinen Oberkörper nach vorne, so dass deine Stirn den Boden berührt. Lege deine Arme entspannt neben deinen Kopf auf den Boden. Entspanne den Kopf und dein Gesicht so tief du kannst
- Richte dich dann langsam auf und öffne in deiner eigenen Zeit die Augen

## **Meditation: Kronenchakra weiter öffnen, stärken und heilen**

Dauer: ca. 5 bis 10 Minuten

### **Vorbereitung der Meditation**

Begebe dich an einen ruhigen, wohltuenden Ort in den Lotusblüten- oder Schneidersitz, lege die Hände mit den Handflächen nach unten auf den Knien ab und atme dreimal tief aus und ein. Achte darauf, eine gerade Sitzhaltung einzunehmen.

### **Konzentration auf das Kronenchakra**

- Stelle dir nun vor, wie lange Wurzeln in den Boden wachsen, wie du dich dadurch eine Verbindung zur Erde herstellst. Fühle die Kraft und den Halt, die aus dieser Verbindung zu dir fließen

- Halte diese Vorstellung in deinem Inneren aufrecht, bis sich in dir ein tiefes Gefühl der Verwurzelung und Standfestigkeit ausdehnt

.Atmen in das Kronenchakra

- Lenke deine Aufmerksamkeit auf den Sitz deines Kronenchakras auf deinem Scheitel. Atme tief und bewusst durch die Nase ein, stelle dir beim Einatmen vor, wie die Energie in dir hoch strömt, beim Ausatmen strömt die Energie wieder nach unten

- Werde dir bewusst, dass das ganze Universum aus Licht besteht, so auch du

- Beim Einatmen atmest du weißes, reines Licht durch das Wurzelchakra in dein Sakralchakra, durch das Solarplexuschakra hin zu deinem Kronenchakra. Konzentriere dich nach einigen Atemzügen nur noch auf dein Kronenchakra

- Beim Ausatmen fließt dieses Licht durch dein Feld und die Chakren zurück an das Universum

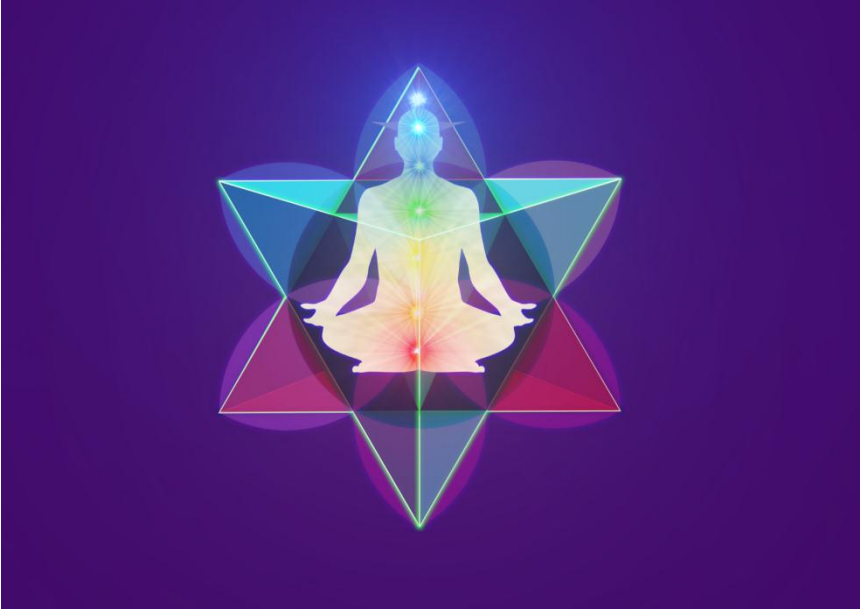
- Fühle, wie sich die unteren Chakren mit Licht füllen, dieses an das nächste Chakra weitergeben, bis es sich schließlich in deinem Kronenchakra mehr und mehr ausdehnt

### **Abschluss der Meditation**

- Wenn du das Gefühl hast, dass die maximale Ausdehnung erreicht ist, beende deine Meditation

- Lege deine Hände vor deiner Brust ab und danke dem Universum für seine Energie.
- Wenn Du weitere Chakra-Arbeit durchführen möchtest, dann kannst du nun zur Wurzelchakra-Meditation gehen und den nächsten Punkt überspringen.
- Öffne in einem für dich angenehmen Tempo die Augen und werde dir langsam deiner Umgebung bewusst.

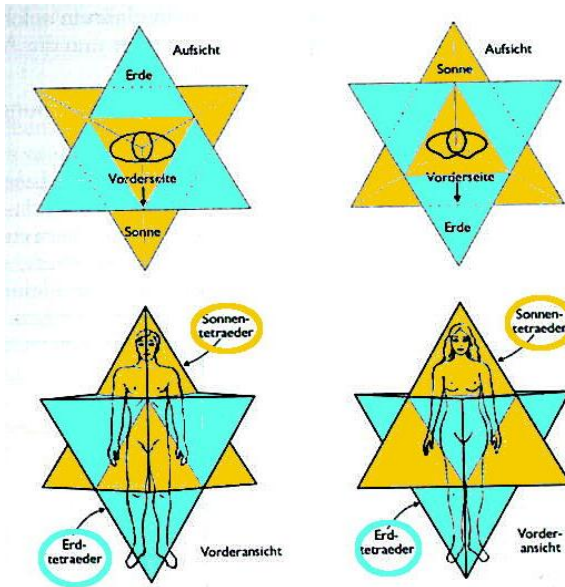
## Kapitel 35: Die Merkaba



**D**ie Merkabah ist ein altes überliefertes Wort und bedeutet "Himmelsgefährt" und ist ein gegenläufig rotierendes, elektromagnetisches Kraftfeld, auf dem das Prinzip der gesamten Schöpfung beruht. Um erklären zu können was Merkaba ist, müssen wir zunächst erklären was der Energiestrom ist und was die Energiefelder sind, die den menschlichen Körper umgeben. Die erste Definition bezieht sich auf das Prana oder Chi – das ist die Lebenskraft. Die unsichtbare Energie existiert in großen Mengen überall im Universum. Prana tritt durch unseren Kopf in den Körper ein (das ist auch der Grund weshalb sich bei ungeborenen Embryos ein Loch im Schädel befindet). Der Hauptstrom des Prana läuft durch das Zentrum unseres Körpers, der einem Schlauch gleicht. Von dort aus fließt es in acht Hauptzentren, die als Chakras bekannt sind. Das ist ein indischer Begriff aus dem Sanskrit und bedeutet "drehendes Rad", ebenso wie diese komplexen Energieströme aussehen. Laut der frühen Ägypter gibt es dort dreizehn Charkas, die sich alle auf verschiedene Energiezentren beziehen.

Von den "Chakras" haben wir energetische Linien (Meridiane) abgeleitet, die jede Zelle unseres Körpers erreichen. Wir haben eine Pranafeld, das unseren Körper als Folge der Meridiane und des Pranastroms, umgibt. Dann gibt es das Feld der Aura.

Das aurische Feld ist ein eiförmiges Energiefeld, das unseren Körper umgibt und seine Farbe, je nach unseren Gedanken, Gefühlen und Emotionen, ändert. Nach dem aurischen Feld haben wir hunderte von elektromagnetischen Feldern. Diese Felder haben präzise geometrische Formen. Jede einzelne davon besteht aus drei identischen Feldern gleicher Größe und Form.



So ist dieses unsichtbare geometrische Gebilde um den Menschen herum aufgebaut und könnte theoretisch von jedem Menschen aktiviert werden.

Der obere Tetraeder der Merkabah nennt sich mentaler Körper/Sonnentetraeder und wird vom Verstand angesprochen/gelenkt, der untere emotionaler Körper/Erdtetraeder und wird von unseren Gefühlen, speziell der bedingungslosen Liebe gesteuert. Eine Kantenlänge Ihres aus gleichseitigen Dreiecken bestehenden Tetraeders ist so lang wie die Strecke zwischen den Mittelfingern Ihrer seitlich ausgestreckten Arme.

Die Merkaba gleicht die Aktivitäten zwischen den zwei Seiten unseres Gehirns aus und erweckt sie zu neuem Leben. So ein Training stärkt unsere Sensibilitäten und geistigen Fähigkeiten, (derzeit nutzen wir etwa nur 5 – 10% unseres Gehirns). Die

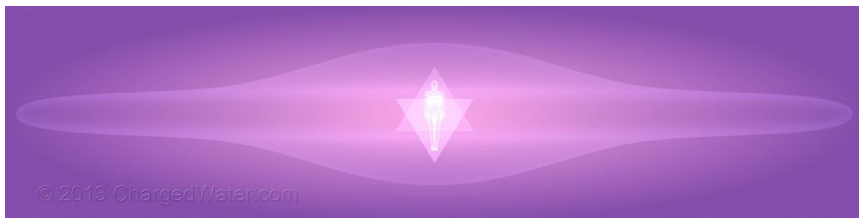
Merkaba unterstützt uns in unserem geistigen Wachstum. Sie verbindet uns mit unserem höheren Selbst (d. h. uns selbst auf einer höheren Bewusstseinssebene).

Die Merkaba ermöglicht es uns bedingungslose Liebe zu fühlen und uns sowie andere auf diese Art und Weise zu heilen. Sie gibt uns die Möglichkeit jegliche Art einer harmonischen Wirklichkeit, die wir anstreben zu schaffen. Die Merkaba kann so "programmiert werden" alles Mögliche zu tun (wobei der einzige Nachteil unser Glaube und unsere Vorstellungskraft ist).

Die Merkaba ist keine Fiktion oder Einbildung, sie ist physikalisch mit Mikrowellendetektoren nachweisbar. Und jeder, der diese Technik erlernt, macht unglaubliche Erfahrungen, sowohl was innere Erkenntnisprozesse angeht, als auch ganz knallharte physikalische Manifestationen. Um es nochmals zu betonen, anwenden und erzeugen kann man die Merkaba nur, wenn die bedingungslose Liebe akzeptiert wird und man bereit dazu ist, sie zu leben. Denn Worte alleine bewirken nichts, in keiner geistigen Richtung, es geht darum, diese bedingungslose Liebe zu leben!

### **Siehe Kapitel 19: Agape**

Die Merkaba ist ebenfalls ein Hilfsmittel, das benutzt werden kann um in andere Dimensionen zu überschreiten. Erneuerte Studien und Praktiken der Merkaba kommen nach so vielen Jahren, in denen sie von verschiedenen Quellen unterdrückt wurden, weltweit ans Tageslicht, unter ihnen das Alte Testament, Kabbalah und sogar die Tradition der Tarot Karten.



DURCH ALLE ZEITEN IST DER EWIGE GEDANKE,  
UND DER GEDANKE IST DAS WORT, UND DAS WORT IST DIE TAT,  
UND DIESE DREI SIND EINS IM EWIGEN GESETZ,  
UND DAS GESETZ IST BEI GOTT,  
UND DAS GESETZ IST GOTT.

ALLE DINGE SIND GESCHAFFEN DURCH DAS GESETZ,  
UND OHNE ES IST NICHTS GESCHAFFEN,  
WAS VORHANDEN IST.

IM WORT IST LEBEN UND STOFF, DAS FEUER UND DAS LICHT.  
LIEBE UND WEISHEIT SIND EINS ZUR ERLÖSUNG ALLER.

UND DAS LICHT SCHEINT IN DER FINSTERNIS,  
UND DIE FINSTERNIS VERBIRGT ES NICHT.

DAS WORT IST DAS EINE LEBENSSPENDENDE FEUER,  
UND DURCH SEIN LEUCHTEN WIRD ES ZUM FEUER UND LICHT  
IN JEDER SEELE, DIE IN DIE WELT TRITT...

Die gesamte Philosophie beruht auf Sieben KOSMISCHEN GESETZEN. Thot, der ägyptische Gott der WEISHEIT = Hermes Trismegistos, “der dreimal große Hermes” der Griechen, hatte sie einst auf Smaragd-Tafeln geschrieben, und so den Menschen überliefert. Diese Tafeln sind bis heute verschollen, die GESETZE jedoch überliefert.

**Diese GESETZE gelten im gesamten Kosmos, auf allen Ebenen des SEINS.  
Sie sind EWIG und unabänderlich.**

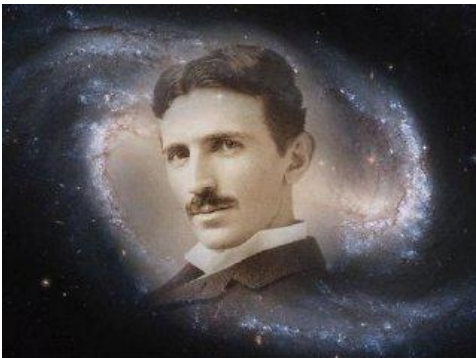


## Kapitel 36: Die Erde schwingt

(alles ist Schwingung; Viertes Gesetz des Kybalion)

Die Schumann-Resonanz-Frequenzen gehören in die Gruppe der ELF Atmospheric (ELF = extrem low frequencies) und wurden von Prof. O.W. Schumann, Uni München in den 50er Jahren entdeckt. Die meisten bei schönem Wetter gemessenen Frequenzen im Bereich von einigen Hertz sind weder lokalen noch solaren Ursprungs, sondern resultieren aus der Anregung des Erde-Ionosphäre-Hohlraumresonators durch weit entfernte Gewitter. Der Mensch braucht diese Schumannwellen, sie gelten heute als "Biologisches Normal".

Die Schumann Frequenzen sind quasi Schönwetterfrequenzen und tragen zu unserem Wohlbefinden bei. Die Grundfrequenz liegt bei ca. 7,83 Hertz. Fünf Oktaven höher sind das 250,56 Hz. Die Farbentsprechung der Schumann-Grund-Resonanzfrequenz, auf die die Stimmgabel getuned ist, liegt im Bereich der Farbe Gelbgrün.



Nikola Tesla führte Anfang des 20. Jahrhunderts in Colorado Springs Experimente durch, um auf drahtlosem Wege Energien zu übertragen. Er nutzte dabei die Tatsache, dass die Ionosphäre (sie beginnt in einer Höhe von etwa 80 km) positiv und die Erdoberfläche negativ geladen sind. Diese unterschiedlichen Spannungen entladen sich regelmäßig bei Gewittern

durch Blitze. Nikola Tesla entdeckte bei seinen Versuchen, dass diese Blitze Radiowellen erzeugen. Das Phänomenale daran war, dass diese Radiowellen fast widerstandslos in die Erde eindringen und durch sie hindurchgehen. Das bedeutet, dass Nikola Tesla die elektromagnetische Eigenfrequenz des Planeten Erde entdeckt hatte! ....

Doch die intensivste der Schumann-Frequenzen (und die erste, die vor 50 Jahren entdeckt wurde) liegt bei 7,83 Hertz.

Diese 7,83 Hertz-Frequenz ist die tiefste der Erdfrequenz, und auch die einzige, die in den Theta-Bereich reicht – also in unseren Schlaf hinein. Sie schläfert uns quasi ein!

Sie wirkt so, als würde der Sandmann ständig Schlafpulver in unsere Augen streuen, immerzu, und als würde der griechische Gott “Hypnos” der Herrscher der Welt sein, und selbst die Götter würden ein Nickerchen machen.

Wenn nicht die anderen Schumann-Frequenzen wären, die uns allesamt aufwecken, dann würde unser Planet nur von schlummernden Menschen (und Tieren!) bevölkert sein, die keinen richtigen Grund haben aufzuwachen... warum auch, es ist ja schön dort, im ewigen Reich des großen Hypnos...



Ein eigenartiges Phänomen weitet sich immer großflächiger aus. Mysteriöse Klänge, die an den Gesang von Walen erinnern, werden auf der ganzen Welt beobachtet und dokumentiert. Ihre Ursachen sind offiziell unbekannt und liefern Anlass für Spekulationen aber auch Untersuchungen.

Nur, ist die Erde hierzu überhaupt in der Lage? Im Grunde genommen kommt die Erde nie zur Ruhe, sie vibriert permanent. Selbst wenn es gerade keine Vulkanausbrüche oder Erdbeben gibt, schwingt die Erde mit bestimmten „Eigenfrequenzen“, vergleichbar mit einer riesigen Glocke, die vom Klöppel angeschlagen wurde. Diese Eigenfrequenz würde nicht zustande kommen, wenn die Erde nicht in Bewegung gesetzt würde, vor allem jedoch, wenn sie nicht von elektromagnetischen Impulsen angeschlagen würde.



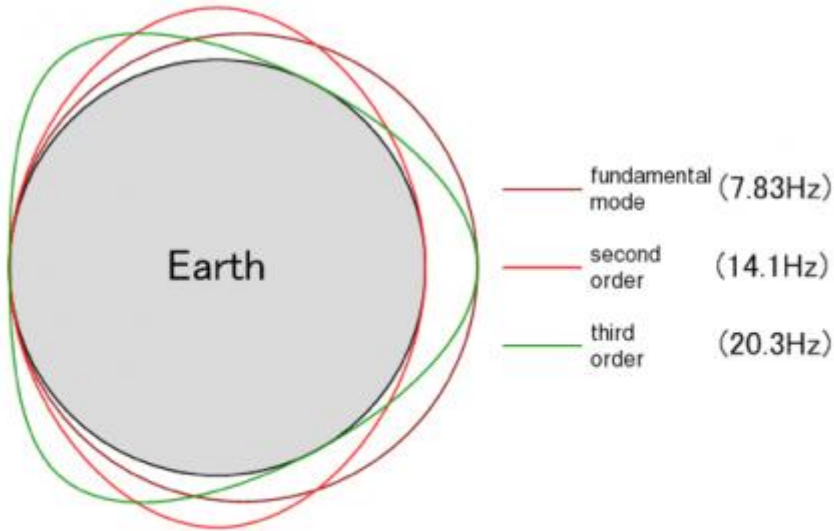
So sind es vor allem die Solarflares, die aus geballten Ladungsträgern (Elektronen und Protonen) bestehen, die unsere Erde zum Schwingen bringt. Sofern sie die Magnetosphäre der Erde erreichen. Die bekannteste Schwingungsart ist die Schumann-Resonanz, auch Erdresonanzfrequenz genannt.

Hier handelt es sich um elektromagnetische Schwingungen. Zusätzlich sendet unsere Erde jedoch noch akustische Schwingungen aus. Normalerweise liegen diese Töne im nichthörbaren Bereich. Ihre Frequenzen sind einfach zu tief, um von unserem Ohr wahrgenommen zu werden. Durch ein relativ aufwändiges Umwandlungs- und Verstärkungsverfahren ist dies jedoch trotzdem möglich.

Fachleute bezeichnen diese Klänge als das „Hum“, welches an Summen oder auch Brummen erinnert. Was genau dieses Hum auslöst, ist noch unbekannt. Seit der Entdeckung im Jahr 1998 rätseln die Forscher, was diese Vibrationen eigentlich auslöst, wie das Magazin „Bild der Wissenschaft“ in seiner Januar-Ausgabe berichtet.

**M**enschliche Ohren können das irdische Brummen nicht hören. Der Hum besteht aus einer Überlagerung von etwa 60 Frequenzen zwischen drei und sieben Millihertz. Das ist rund ein Dutzend Oktaven tiefer als der tiefste Ton, der für das menschliche Gehör noch wahrnehmbar ist. Die Erde schwingt viel komplexer als man bislang dachte. Der Globus „klingt“ nicht wie eine einzelne Glocke oder ein einfaches Instrument, so die neue Erkenntnis, sondern wie ein ganzes Orchester, in dem sich die Klänge diverser Instrumente überlagern. Bisher kannten die Geowissenschaftler nur sogenannte sphäroidale Schwingungen der Erde. Sie ähneln der Bewegung eines Schiffes bei hohem Seegang. Das Schiff bewegt sich auf und ab, gleichzeitig aber auch etwas vor und zurück – es legt dabei insgesamt eine ellipsenförmige Bahn zurück.“ Auf dieselbe Weise hebt und senkt sich der Erdboden beim Hum im Minutentakt um wenige Zehntausendstel Millimeter. Mit

modernen seismischen Apparaturen lässt sich diese winzige Auf- und Ab-Bewegung messen. In horizontaler Richtung ist das seismische Rauschen deutlich stärker als in der Vertikalen, bei tiefen Frequenzen hervorgerufen durch den Einfluss von Luftdruckschwankungen in der direkten Umgebung des Seismometers.



Räumliche Ausdehnung und Resonanzfrequenzen. Quelle: Wikipedia

Der mittlere Erdumfang beträgt 39.985.427 m (am Äquator 40.075.004 m, Polumfang 39.940.638 m). Bei einer Ausbreitungsgeschwindigkeit von 299.792.458 m/s (Vakuum) ergeben sich für den mittleren Erdumfang dabei rechnerisch fast exakt 7,5 Hz.

**A**llerdings ist zur großen Überraschung noch ein zusätzliches Phänomen gekommen. Seit wenigen Wochen sind an unterschiedlichen Orten auf der Erde außerordentlich mysteriöse Klänge zu hören. Ihre Frequenzen liegen somit im Hörbereich, wobei ihre Lautstärke teilweise die eines reisenden Flugzeugs überschreiten. Diese Klänge erinnern entfernt an den Gesang eines Wals. Eine Ortung dieser Klänge scheint unmöglich – der Schall scheint von überall zu kommen.

**M**öglicherweise bewirken neuartige kosmische Wellen diese Klangkompositionen. Irgendetwas Physikalisches ist für diese Klänge verantwortlich, etwas, was bisher noch nicht auf uns eingewirkt hat. Sonst hätten wir dieses Klang-Phänomen nicht. Da es sich zunehmend weiter auf unserer Erde ausbreitet, ist davon auszugehen, dass wir auf etwas ganz besonderes hinsteuern. Findet hier möglicherweise eine Übermittlung von Informationen statt? Informationen, die für uns bestimmt sind? Eines wissen wir bereits, Wale kommunizieren über außerordentlich weite Entfernungen mit diesen Klängen...

## Leben wir in ganz besonderen Zeiten?

In einer Wendezeit, wie es oft in der esoterischen Literatur heißt? Wenn ja, was bedeutet das? Im Dezember 2012 endet der vielfach zitierte Mayakalender – beginnt dann eine neue Zeitrechnung, werden wir alle in den Himmel aufsteigen? Oder enden wir durch die sich abzeichnenden Krisen in Wirtschaft und Umwelt in einem Chaos?



Tatsächlich scheint die Eigenschwingung der

Erde, zu steigen. Und wir sind mit dieser Energie verbunden – genauer: Unsere Gehirnfrequenz. Auch die Sonne strahlt seit einigen Jahren ungewöhnlich hohe Energien in den Raum und beeinflusst – so sind sich immer mehr Wissenschaftler einig – ebenfalls unser Leben und Denken. Der Photonengürtel, indem die Erde sich bewegt, wie auch die Sonneneruptionen tragen ihr Ihriges zur allgemeinen Schwingungserhöhung bei. Diese stetige Schwingungsanhebung, die derzeit stattfindet führt dazu, dass jetzt überall auf der Erde eine spirituelle Erleuchtung stattfinden kann. Auch unser irdischer Körper (Körper-Geist-Seele) ist von dem Einfluss der Schwingungserhöhung nicht ausgenommen. Die Folge wird ein höheres Bewusstsein sein! Was bedeutet dieser Aufstieg in ein höheres Bewusstsein? All unsere „dunklen“ Stellen, unsere Schatten können dadurch erhellt werden. Alte Programmierungen aus der Dualität, niedrig schwingende Energien wie Ängste, Zweifel, depressive Strukturen usw., die sich in kristalliner Form in unserem Ätherkörper und physischen Körper befinden, warten darauf mental und emotional bearbeitet und ausvibriert zu werden. Unser Körper ist auf dem Weg ein lichterer, ein lichtvoller Körper zu werden.

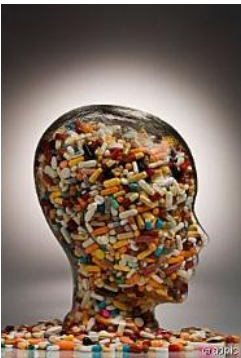
## Kapitel 37: Übersäuerung

- Müde? Schlapp? Energielos? Oder gar krank?



Übersäuerung kann das Wohlbefinden beeinträchtigen. Die moderne Ernährungs- und Lebensweise kann leicht zu einer Übersäuerung des Organismus führen. Entsprechend viele Menschen kämpfen heutzutage mit einem unausgeglichene Säure-Basen-Haushalt - und viele ahnen gar nicht, dass eine Übersäuerung für ihre Beschwerden verantwortlich ist oder zumindest maßgeblich an deren Entstehung beteiligt war.

### Übersäuerung: Symptom oder Ursache?



Krankheiten gibt es viele, wirkliche Heilmittel dagegen sind eher rar. Wer sich nicht wohl fühlt, geht zum Arzt und wird dort mehr oder weniger erfolgreich behandelt. Hauptproblem dieser Behandlungen ist, dass sich kaum jemand für die Ursache der Beschwerden interessiert. Auch die Feststellung einer Übersäuerung wird nicht in Betracht gezogen. Wenn Sie Halsschmerzen haben, bekommen Sie Tabletten gegen Halsschmerzen, wenn Sie arthritische Probleme haben, werden Ihnen entzündungshemmende Medikamente empfohlen und wenn Sie einen hohen Blutdruck haben, dann wird Ihnen eben ein blutdrucksenkendes Medikament verschrieben.

Hat sich jemals irgendjemand darum gekümmert, WARUM Sie Halsschmerzen haben? WAS zu Ihrer Arthritis führte? WIESO Sie unter Bluthochdruck leiden?

### Übersäuerung - die Ursache der meisten Gesundheitsprobleme

Es sind viele widersprüchliche Informationen über Ernährung im Umlauf. Aber die Wahrheit lässt sich durchaus herausfinden. Jeder von uns kann sie für sich entdecken, indem er die Dinge aus einer größeren Perspektive betrachtet.

Wir sind spirituelle Wesen und kommen in diese Welt, um unsere Energie anzuheben. Doch vieles von dem, was wir hier vorfinden, dient einzig der sinnlichen Befriedigung und der Zerstreung. Es beraubt uns unserer Energie und zieht uns hinab in den physischen Zerfall. Wenn wir wirklich glauben, dass wir Energiewesen sind, müssen wir einem schmalen Pfad durch diese Versuchungen hindurch folgen.



Blickt man in der Evolution zurück, sieht man, dass wir von Anfang an mit der Nahrung experimentieren mussten. Nur so konnten wir herausfinden, welche Nahrungsmittel gut für uns waren und welche tödlich. Esse diese Pflanze und überlebe; esse jene dort drüben und stirb. Wir haben also in der Vergangenheit herausgefunden, welche Speisen giftig sind, aber erst heute erkennen wir, welche zu unserer Langlebigkeit beitragen und unser Energieniveau anheben und welche uns auf Dauer schwächen.

Wir sehen aus, als bestünden wir aus fester Materie, aus Fleisch und Blut, aber wir sind nichts als Atome! Reine Energie! Die westliche Wissenschaft hat das einwandfrei bewiesen. Wenn wir die Atome nämlich genauer betrachten, sehen wir, dass sie in Sub Atome zufallen, die dann bei noch genauerem Hinsehen reine Energie darstellen, die auf einer bestimmten Frequenz schwingt.

Betrachten wir das, was wir essen, einmal unter diesem Aspekt, wird uns klar, dass unsere Nahrung unseren Schwingungszustand beeinflusst.

Bestimmte Nahrungsmittel steigern unsere Energie und unsere Schwingungen, während andere sie reduzieren. So einfach ist das.



Alle Krankheiten resultieren aus einem Abfallen der Schwingungsenergie, und wenn unsere Energie über ein bestimmtes Maß hinaus absinkt, verlieren die Körperzellen sofort ihre Eigenschwingung und geraten in einen chemisch sauren Zustand. Dieser übersäuerte Zustand ist ein Signal an die Mikroorganismen dieser Welt, die Viren, Bakterien und Pilze, dass es Zeit ist, das abgestorbene Gewebe zu kompostieren. Das ist ihre

Aufgabe im physischen Universum. Sie sorgen dafür, dass der Körper der Erde zurückgegeben wird. Ein durch ungesunde Ernährung verursachter Energieabfall erhöht im Körper unser Risiko, krank zu werden.

**D**as funktioniert folgendermaßen: Die Nahrung, die wir zu uns nehmen, wird von unserem Stoffwechsel verarbeitet und hinterlassen im Körper Rückstände, eine Art Asche. Diese Asche ist entweder sauer oder basisch, je nachdem, was wir essen. Ist sie basisch, kann sie vom Körper mit wenig Energieaufwand ausgeschieden werden. Sind diese Abfallprodukte jedoch sauer, lassen sie sich von der Lymphe und dem Blutkreislauf nur sehr schwer beseitigen, so dass sie sich in unseren Organen und Geweben in fester Form ablagern - als kristalline Strukturen von geringer Schwingungsfrequenz, die Blockaden oder Unterbrechungen im Energiefluss unserer Zellen verursachen. Je mehr dieser sauren Abfallstoffe sich ablagern, desto saurer wird das betroffene Gewebe insgesamt. Und wissen Sie, was dann passiert.





Irgendwelche Mikroorganismen wie Bakterien erscheinen auf der Bildfläche und registrieren all diese Säure und sagen sich: Oh, dieser Körper ist reif für die Verwesung. Wenn ein Organismus stirbt, geht der Körper rasch in einen sehr sauren Zustand über und wird von Mikroorganismen

aufgefressen. Wenn wir in uns durch falsche Ernährung schon zu Lebzeiten diese Art von Säure erzeugen, werden wir anfällig für Angriffe durch Mikroorganismen.

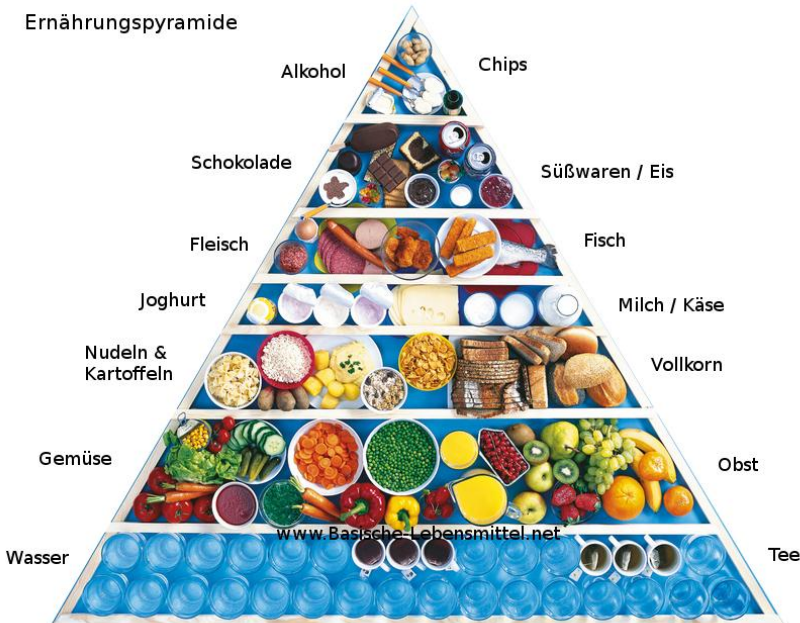
Alle menschlichen Krankheiten sind das Resultat eines solchen Angriffs.

Falsche Ernährung senkt unser Schwingungsniveau so weit ab, dass die Kräfte der Natur anfangen, unseren Körper wieder der Erde zuzuführen.

Was ist mit Krankheiten, die nicht durch Mikroorganismen hervorgerufen werden?

**A**lle Krankheiten entstehen durch die Aktivität von Mikroorganismen. Die Forschungsergebnisse der westlichen Wissenschaftler belegen das eindeutig. Man hat festgestellt, dass Mikroorganismen bei den arteriellen Veränderungen, die zu Herzkrankheiten führen, eine Rolle spielen, und ebenso bei der Entstehung von Tumoren. Bedenken Sie aber bitte, dass die Mikroorganismen lediglich ihre von der Natur vorgesehene Funktion erfüllen. Unsere Ernährung, die im Körper eine saure Umgebung erzeugt, ist die eigentliche Krankheitsursache. Machen Sie sich unmissverständlich klar, dass wir Menschen uns entweder in einem basischen, hoch energetischen Zustand befinden oder in einem sauren Zustand, der den Mikroorganismen, die in uns leben oder von außen auf uns aufmerksam werden, signalisiert, dass wir reif dafür sind, aufgefressen und zersetzt zu werden. Krank sein heißt nichts anderes, als dass in einem Teil unseres Körpers buchstäblich ein Verrottungsprozess stattfindet, weil die Mikroorganismen das Signal bekommen haben, dass wir bereits tot sind und sie lieber uns herfallen können.

## Ernährungspyramide



E

liegt beinahe ausschließlich an unserer Ernährung, in welchem dieser beiden Zustände wir uns befinden. Saure Rückstände in unserem Körper entstehen hauptsächlich durch schwere, übermäßig gekochte und verarbeitete Speisen, die eher süß sind. Dazu zählen Fleisch, Mehl, Kuchen, Alkohol, Kaffee und süßere Obstsorten. Basische Nahrungsmittel sind grüner, frischer und lebendiger, also frisches Gemüse und daraus gepresste Saft, grüne Salate, Sprossen und Früchte wie Avocado, Tomaten, Grapefruits und Zitronen.

Es ist wirklich so simpel. Wir sind spirituelle Wesen in einer energetischen, spirituellen Welt. Wir im Westen sind mit der Vorstellung aufgewachsen, dass gebratenes oder gekochtes Fleisch und industriell verarbeitete Nahrungsmittel gut für uns seien. Aber wir wissen jetzt, dass sie im Körper ein Milieu des allmählichen Verfalls erzeugen, wofür wir früher oder später die Zeche zahlen müssen.

Alle organischen Krankheiten - Arteriosklerose, Schlaganfälle, Arthritis, Aids und besonders Krebs existieren nur, weil wir unsere Körper mit Substanzen verunreinigen, die den Mikroorganismen signalisieren, dass wir reif dafür sind, zersetzt zu werden, zu sterben. Wir haben uns immer gefragt, warum nicht alle Menschen, die mit bestimmten Mikroorganismen in Berührung kommen, erkranken. Die Erklärung ist das unterschiedliche Milieu im Körper. Erfreulicherweise können wir sogar dann, wenn wir zu viel Säure im Körper haben und der Zersetzungsprozess

bereits begonnen hat, unseren Zustand rückgängig machen, indem wir unsere Ernährung verbessern und in einen basischen, höheren Energiezustand überwechseln.

Was das Wissen um das energetische Potenzial unseres Körpers angeht, leben wir wahrhaftig in einem finsternen Zeitalter. Der Mensch ist dafür geschaffen, mehr als 150 Jahre zu leben. Aber wir ernähren uns auf eine Weise, die dazu führt, dass wir viel zu früh altern und verfallen! Überall sehen wir Menschen, die vor unseren Augen regelrecht dahinfaulen.

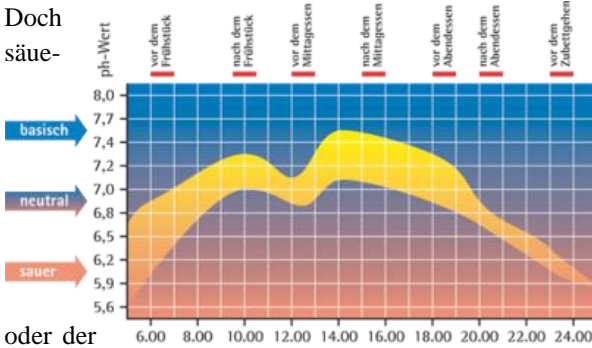
Der menschliche Organismus versucht - oft über viele Jahrzehnte hinweg - eine bestehende Übersäuerung zu kompensieren. Das gelingt auch eine Zeitlang. Wie lange, das hängt von der individuellen Konstitution, dem Lebensstil und den persönlichen Reserven ab.

Dann tauchen die ersten Symptome auf. Meistens fühlt man sich anfangs "nur" ein wenig energielos, schlapp, müde und ohne jeglichen Antrieb. Im Laufe der Zeit kommen die verschiedensten Leiden und Symptome noch dazu. Da viele Medikamente die bestehende Übersäuerung noch verstärken, droht ein Teufelskreis nahezu ohne Ausweg.



## Übersäuerung: Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt

Doch säue-



oder der

Bereiche, die - um ordnungsgemäß funktionieren zu können - basisch sein müssen (zum Beispiel das Blut, die Zwischenzellflüssigkeit oder der Dünndarm).

Um diesen fein ausgeklügelten Säure-Basen-Haushalt in seinem Gleichgewicht zu halten, gibt es verschiedene körpereigene Regelmechanismen. Zu diesen Mechanismen gehören die Atmung, die Verdauung, der Kreislauf und die Hormonproduktion. Sie alle sind stets darum bemüht, den gesunden pH-Wert im Körper aufrecht zu halten.

Der pH-Wert gibt an, ob eine (Körper-)Flüssigkeit sauer oder basisch ist, wobei ein Wert von unter 7 eine Säure anzeigt und ein Wert von über 7 bis 14 eine Base. Wenn nun aufgrund äußerer Umstände zu viele Säuren in den Körper gelangen, dann arbeiten die Regelmechanismen auf Hochtouren. Irgendwann sind sie überstrapaziert und können die eintreffende Säureflut nicht mehr bewältigen. Der Zeitpunkt erster Beschwerden ist gekommen.

### Übersäuerung - mit gesunder Ernährung nicht möglich

Normalerweise sollten wir essen, um unseren Organismus so zu versorgen, damit er gesund und munter leben kann. Bei der Verdauung und Verstoffwechslung gesunder Nahrung fallen einige wenige unbrauchbare oder auch giftige Stoffe an.

Diese werden von unserem Körper schadlos neutralisiert und ausgeschieden. Eine gesunde Ernährung und Lebensweise wird also nie im Übermaß schädliche Stoffe produzieren. Unser Körper bleibt im Gleichgewicht und wir bleiben gesund, jung und leistungsfähig.

### Übersäuerung durch ungesunde Lebensweise

was ist nun mit "Übersäuerung" wirklich gemeint?

Es geht - wie der Name deutlich sagt - um zu viel Säure. In unserem Organismus gibt es Bereiche, die sauer sein müssen (das Scheidenmilieu zum Beispiel Dickdarm) und es gibt

Wir jedoch essen oder tun heutzutage Dinge, die unserem Organismus Kummer bereiten und ihn dadurch übersäuern. Die Übersäuerung des Körpers wird maßgeblich durch den Verzehr säurebildender Nahrungsmittel und einer ungünstigen Lebensweise beschleunigt. Übersäuerung entsteht folglich durch:

Tierische Eiweiße wie Fleisch, Wurst, Fisch und Eier, Milch und die meisten Milchprodukte, Sojaprodukte, Teig- und Backwaren, Süßspeisen, kohlenstoffreiches Mineralwasser, Cola und andere Softdrinks, Kaffee, Alkohol, Nikotin, Synthetische Lebensmittelzusatzstoffe wie Konservierungsstoffe, Farbstoffe, Geschmacksverstärker (Glutamat), Süßstoffe wie z. B. Aspartam, etc. aber auch durch Stress, Angst, Sorgen, Ärger und negative Gedanken

### **Übersäuerung durch ungesunde Ernährung**

Bei der Verdauung und Verstoffwechslung der heute üblichen Nahrung entstehen große Mengen Säuren, Gifte und Stoffwechselendprodukte, deren Entsorgung die Regelmechanismen des Körpers überfordern.

Gleichzeitig tun wir möglichst wenig, um unseren Körper bei der Ausscheidung der anfallenden Säure- und Schlackenmenge zu unterstützen. Wir bewegen uns oft nur wenig, sind kurzatmig und wir achten kaum auf eine ausreichende Versorgung mit basischen Mineralstoffen.

### **Übersäuerung - mögliche Folgen**

Fallen beim täglichen Stoffwechsel also so viele Säuren und Schlacken an, dass unser Körper sie alle gar nicht hinausschaffen kann, dann müssen diese Schlacken irgendwo zwischengelagert werden. Sie werden in das Bindegewebe verschoben - Falten oder Cellulite entstehen.

Sie werden auch in die Gelenke gepackt, wo sie zu Arthritis und Arthrose führen. Auch in den Nieren, der Galle oder in der Blase sammeln sich Schlacken an und wachsen dort zu Nierensteinen, Gallensteinen oder Blasensteinen heran. Der Organismus lagert gewisse Schlacken sogar in den Blutgefäßen, wo sie zu Verengungen, dann zu Bluthochdruck und schließlich zu Herzinfarkt und Schlaganfall führen können.

### **Übersäuerung durch säurebildende Mineralstoffe**

Was aber sind nun diese Säuren oder Schlacken konkret? Unsere Nahrung liefert abgesehen von Kohlenhydraten, Eiweißen und Fetten unter anderem auch Minera-

lien. Manche davon sind säurebildend, andere wiederum basenbildend. Die säurebildenden Mineralien sind u. a. Schwefel, Phosphor, Chlor und Jod. Daraus entstehen bei der Verstoffwechslung Säuren wie z. B. Schwefelsäure, Salzsäure und Phosphorsäure.

Die basenbildenden Mineralien sind u. a. Natrium, Kalium, Calcium, Magnesium und Eisen. Um gesund zu bleiben, benötigt unser Körper ALLE diese Mineralien. Jeder einzelne Mineralstoff erfüllt in unserem Körper lebenswichtige Aufgaben. Es gibt also weder besonders gute noch ausgesprochen schlechte Mineralstoffe.

### **Übersäuerung: Ungleichgewicht im Mineralstoffverhältnis**

So baut der saure Phosphor gemeinsam mit dem basischen Calcium unsere Knochen und Zähne auf. Für gesunde Knochen brauchen wir also sowohl saure als auch basische Mineralstoffe. Jedoch brauchen wir sie in einem bestimmten Verhältnis. Unser Körper enthält mehr als doppelt so viel Calcium wie Phosphor. Also sollte auch unsere Nahrung diese beiden Mineralstoffe in genau diesem Verhältnis enthalten. Das Gegenteil aber ist der Fall: Die heute übliche Ernährungsweise basiert auf Getreideprodukten, Milch- und Fleischprodukten und liefert dadurch deutlich mehr Phosphor als Calcium - wobei dieses ungesunde Ungleichgewicht nicht nur bei diesen beiden Mineralstoffen vorhanden ist, sondern bei allen anderen ebenso.

Infolgedessen treffen täglich viel mehr saure als basische Mineralien ein. Unser Körper aber verlangt mehr basische als saure Mineralien. Das Gleichgewicht ist verschoben. Wir sind übersäuert.

### **Schlacken sind neutralisierte Säuren**

Säuren selbst können im Organismus kaum gelagert werden. Sie würden unsere Eingeweide verätzen. Aus diesem Grunde müssen die entstehenden Säuren mit Hilfe basischer Mineralstoffe wie z. B. Calcium oder Magnesium neutralisiert werden. Neutralisierte Säuren sind Salze.

Bei der heute üblichen Säureflut entstehen tagtäglich derart viele Salze, dass unsere Ausscheidungsorgane (Lunge, Nieren, Darm und Haut) mit ihrer Entsorgung vollkommen überfordert sind. Die Salze (oft auch Schlacken genannt) werden - wie weiter oben bereits erklärt - eingelagert und können jetzt (chronische) Krankheiten und Altersbeschwerden verursachen. Erste Anzeichen sind Unwohlsein, Energielosigkeit und unerklärliche Müdigkeit.

## Übersäuerung - mögliche Folgen

**H**arnsäure beispielsweise entsteht bei der Verstoffwechslung von Fleisch und Fleischprodukten. Wird Harnsäure neutralisiert, entstehen Harnsteinkristalle. Diese lagern sich in den Gelenken ab - Arthrose und Gicht sind mögliche Folgen. Getreide enthält viel Schwefel und Phosphor. Daraus entstehen Schwefel- und Phosphorsäuren. Wenn das basische Calcium nun die Phosphorsäure neutralisiert, dann entstehen weiße Kristalle, die sich in den Nieren ablagern können. Man nennt sie Nierensteine.

Oft heißt es, überschüssiges Calcium sei dafür verantwortlich. In Wirklichkeit sind es die schädlichen Säuren, die von basischem Calcium neutralisiert wurden, um den Körper vor dem vorzeitigen Säure-Tod zu retten.



Übersäuerung schafft Mineralstoffmangel

Das Problem ist nicht einmal "nur" die Einlagerung der Schlacken im Organismus, sondern außerdem der dadurch stattfindende Verschleiß an basischen Mineralstoffen, was langfristig zu einem chronischen Mineralstoffmangel führt. Da die übliche Zivilisationskost aus bevorzugt Weißmehl, Zucker und verarbeiteten Milch- und Fleischprodukten von Haus aus sehr wenig Mineralstoffe enthält und gleichzeitig aufgrund ihres gravierenden Säurepotentials eine enorme Mineralstoffmenge zur Neutralisierung der Säuren verlangt, müssen dazu die körpereigenen basischen Mineralstoffvorräte angegriffen werden.

Das bedeutet, basische Mineralien wie Calcium und Magnesium werden aus den Knochen, den Knorpeln, den Zähnen, dem Bindegewebe, dem Haarboden, den Sehnen und anderen mineralstoffreichen Geweben gezogen, um die gefährlichen Säuren zu neutralisieren. Da mittels der üblichen mineralstoffarmen Ernährung niemals so viele Mineralstoffe eintreffen, um diese Vorräte jemals wieder aufzufüllen, entwickelt sich ein chronischer Mineralstoffmangel, der wiederum die unterschiedlichsten gesundheitlichen Folgen haben kann.

## Entsäuerung des Körpers

Mit einem umfassenden Entsäuerungsprogramm zur Entsäuerung des Körpers lassen sich eintreffende Säuren rasch ausleiten sowie eingelagerte Schlacken lösen und ebenfalls aus dem Körper entfernen. Damit lässt sich die Entwicklung hin zu Krankheit und Alter aufhalten oder sogar umkehren. Sie können mit jedem Tag

wieder gesünder und jünger werden. Die richtige Entsäuerung besteht aus drei Schritten und kann durch einen vierten ergänzt werden:

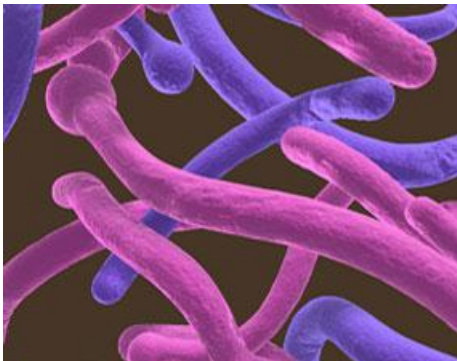
Über Jahre hinweg eingelagerte Schlacken und Säuren müssen mit Hilfe eines Entsäuerungsprogrammes gelöst und aus dem Körper entfernt werden. Bereits nach ein bis drei Monaten werden Sie sich deutlich jünger, gesünder und vitaler fühlen.

Um die Säureflut zu stoppen, wird die Ernährung - möglichst dauerhaft - auf eine vorwiegend basische Ernährung umgestellt. Das Verhältnis zwischen basischen und säurebildenden Lebensmitteln sollte 80: 20 betragen. Zusätzlich wird der Organismus mit basischen Mineralien versorgt, um sicherzugehen, dass er ALLE eintreffenden Säuren neutralisieren und außerdem seine körpereigenen Mineralstoffdepots wieder auffüllen kann. Beachten Sie, dass Ihr Körper umso mehr Schlacken ausscheiden und der bestehenden Übersäuerung umso besser begegnen kann, je höher die Temperatur seines Blutes ist. Die Körpertemperatur erhöht man mit angemessenem Training, mit Sauna, mit Massagen oder aber mit heißen basischen Bädern.

### **Übersäuerung fördert die Blutgerinnung**

Übersäuerung lässt Ihr Blut dickflüssiger werden und verstopft die feinen Blutgefäße. Sobald man entsäuert, wird das Blut wieder dünnflüssig und das Herz entlastet. Damit jedoch auch die allerfeinsten Kapillaren möglichst schnell wieder frei werden, empfiehlt es sich - wie oben erwähnt - z. B. mit Basen-Bädern die Körpertemperatur anzuheben, um die Kapillargefäße zu erweitern. Das warme Blut kann daraufhin die Schlacken nicht nur schneller erreichen. Sie lösen sich in warmem Blut auch viel besser und können auf diese Weise schneller ausgeschieden werden.

### **Übersäuerung fördert Pilzinfektionen**



Viele ansteckende Krankheiten oder auch immer wiederkehrende Pilzinfektionen (Scheidenpilz- oder Hautpilzinfektionen) suchen sich bevorzugt übersäuerte Menschen aus. In einem übersäuerten Milieu gedeihen Bakterien und Viren ganz vorzüglich, während sie ein basisches Mili-



eu meiden. Gleichzeitig schwächt eine Übersäuerung das Immunsystem beträchtlich. Infolgedessen stellen sich bei übersäuerten Menschen gerne Infektionen mit dem Candida-Pilz ein. Wird gründlich entsäuert, dann können Infektionen gleich welcher Art verhindert werden oder brechen nur abgeschwächt aus. Eine regelmäßige Entsäuerung in Verbindung mit einer basischen Lebensweise stärkt das Immunsystem und der Körper ist derart vital, dass Bakterien, Viren, Pilze und Parasiten keine Chance mehr haben.

### **Anzeichen von Übersäuerung**

80% der Menschen aller Industrieländer leiden unter Azidose! Auch wenn es lange totgeschwiegen und verharmlost wurde, ist die Übersäuerung der Menschen durchaus ein ernstes Problem. Heutzutage werden fast 100% aller Alters- und Zivilisationskrankheiten einer Übersäuerung des Körpers zugeschrieben. Das haben mittlerweile auch konservative Universitäten mit medizinischer Fachausrichtung erkannt und bieten Programme in ihren Studiengängen über den Säure Basis Haushalt an.

Das Hinterlistige an der Körper Übersäuerung ist, dass Sie sich sehr langsam über Jahrzehnte aufbaut, ohne nennenswerte Symptome zu zeigen. Aber irgendwann fangen die Menschen an über die unterschiedlichsten Beschwerden und Erkrankungen zu klagen.

Erste Anzeichen von Übersäuerung können kosmetische Merkmale sein wie: Mundgeruch, Haarausfall, brüchige Nägel, Schuppen, Hautprobleme.

Des Weiteren sind Symptome bei Übersäuerung: Kopfschmerzen, Verspannungen, Müdigkeit & Schlafprobleme, Übersäuerung des Magens, Sodbrennen, Hautekzeme & Akne, Brennen beim Stuhlgang, Verstopfung bzw. Magendrücken, Rückenschmerzen, Ständiges Völlegefühl, Allergien, Rheuma, Gicht, Arthrose, schlechte Blutwerte (Cholesterin, Arterienverkalkung, erhöhte Zuckerwerte).

Dies alles sind Hinweise auf Zellen und Organe, die nicht mehr richtig versorgt werden und auf Ablagerungen giftiger Schlacken, die sich im Körper angesammelt haben.

- **Trinken Sie viel:** Achten sie dabei auf gesundes Trinkwasser. Reines Wasser bzw. Quellwasser ist am besten. Hier könnte die Anschaffung eines Wasserfilters sinnvoll sein. Verzichten sie auf Kaffee, Limonaden, Schwarztee oder Alkohol. Besser ist basischer Tee. Grüner Tee oder Basischer Kräuter Tee
- **Bewegen Sie sich mehr:** Ein Spaziergang im Wald oder ein Ausflug mit dem Fahrrad optimiert nicht nur die Aufnahme von Sauerstoff, sondern fördert auch das Abatmen von Kohlensäure.
- **Vermeiden Sie Stress:** Lachen Sie viel und denken lieber positiv. (Was kann so schlimm sein, dass ich mich so aufregen muss)
- **Regen Sie die Säureausscheidung an:** Unterstützen Sie die Säureausscheidung über die Haut z. B. durch regelmäßige körperliche Anstrengung und Saunabesuche.
- **Meiden Sie die Aufnahme von Giften über die Haut.** Stellen Sie auf eine basische Hautpflege bzw. Körperpflege um (basische Seife, basisches Shampoo, basische Lotion etc.).
- **Verzichten Sie so gut es geht auf Medikamente** (muss es jetzt wirklich eine Schmerztablette sein oder hilft mir auch etwas Natürliches?). Schlucken Sie lieber Pillen, die Ihnen beim Entgiften helfen anstatt Sie weiter zu vergiften



Der Anfang ist vollbracht. Bitte das Originaldokument im Internet weitergeben auf das „Es“ wachse und gedeihe!

**HOLGER GREUFE**