

## Kleines Handbuch für Wellenreiter

Die aktuellen Energien sind ungemein herausfordernd. Wir werden auf allen Ebenen dazu aufgefordert, wahrhaftig zu sein. Das bedeutet, zu unterscheiden, was unserem und dem höchsten Wohl Aller dient, und was es verhindert. Die Welle türmt sich vor uns auf, damit wir erkennen können, was wir sind und was nicht, was Echt ist und was Falsch und was Wahrheit ist und was Illusion. Gleichzeitig scheint alles verrückt zu spielen. Die Umwelt spielt verrückt. Das Wetter spielt verrückt. Die Gesellschaft spielt verrückt. Die Politik spielt verrückt. Das Finanzsystem spielt verrückt. Die Menschen spielen verrückt. Unsere Körper spielen verrückt. Aber all das, was verrückt spielt, zeigt uns, was verrückt ist, was somit aus der natürlichen Ordnung gerückt wurde.

Es gilt also, die natürliche Ordnung wieder herzustellen. Das können wir nur und ausschliesslich in uns selber tun. Die natürliche Ordnung ist kein von Menschen erdachtes System, sondern das, was sein würde, wenn die Menschen es nicht länger verrücken würden. Also müssen wir erkennen, das wir aus dem Weg gehen sollten, um das, was natürliche Ordnung hervorruft, wieder zur Wirksamkeit zu bringen, also wieder wirken zu lassen. Wenn die Welle kommt, können wir sie nicht steuern. Wir können nur in unser natürliches Gleichgewicht zurückfinden, loslassen, vertrauen und wissen: Die Welle ist die Welle der Liebe, und Liebe ist die natürliche Ordnung.

Was du konkret tun kannst, um die Welle zu reiten:

### 1. Atme tief und gleichmässig

Bewusstes, tiefes Atmen hilft, im Jetzt und ganz bei dir anzukommen. Dabei ist es wichtig, einen entspannten Rhythmus zu finden und den Atem nicht zu forcieren. Du wirst geatmet. Der Atem fliesst durch die Nase ein, tief in dein Inneres. Lasse es zu und lasse auch eine Pause nach dem Einatmen zu, die etwa so lange andauert, wie das Einatmen. Dann strömt die Luft aus, langsam und gleichmässig, bis die Lunge leer ist, worauf wieder eine Pause folgt. In den Pausen bist du in der stillen Ewigkeit des Jetzt, verbunden mit der Quelle und somit mit Allem, was ist - und vor allem auch mit dir selbst.

Affirmation: *ICH BIN der ausgleichende Atem!*

## **2. Hab dich richtig lieb**

Du bist gut, genau so wie du bist. Du bist richtig, genau so, wie du bist. Du hast es verdient, von dir selber nicht nur vollständig angenommen und akzeptiert, sondern aus tiefstem Herzen geliebt zu werden. Erlaube dir, dich selber zu lieben. Versuche es: Schenke dir deine Liebe, denn für dich bist du das Wichtigste und Wertvollste auf der ganzen Welt. Nimm dich an. Du bist dein Geschenk für dich, und nur, wenn du dich selber liebst, kannst du dein Geschenk weiter verschenken. Nur, wenn du dich selber liebst, kannst du auch Liebe ausströmen.

*Affirmation: ICH BIN reine Göttliche Liebe, die mir zufließt!*

## **3. Entspanne dich**

Wenn du angespannt bist, wird dich die Welle umhauen. Entspanne dich, wann immer du kannst. Das kann auch einfach nur ein kurzer Moment sein, in dem du die Augen schließt und Alles von dir weist, was Anspannung erzeugt. Du bist Herr über dich, über deinen Körper, deine Gedanken und deine Gefühle. Erinnerung dich daran und nimm den Druck aus deinem System, indem du dir bewusst machst, dass du nicht funktionieren musst, sondern sein darfst. Verlagere dich von Kopf oder Bauch ins Herz. Dort gibt es keine Anspannung, denn dein Zentrum ist entspannt.

*Affirmation: ICH BIN die entspannte Gegenwart!*

## **4. Lass alles los**

Hast du jemals einen Wellenreiter gesehen, der sich an irgendetwas festhält? Es ist nicht möglich, die Welle zu reiten, während du festhältst. Du kannst sie nur reiten, wenn du Alles loslässt, deine wahre Balance und blindes Vertrauen in dich, deine Fähigkeiten und deine innere Führung findest. Solange du an deiner Vergangenheit festhältst, bist du nicht im Jetzt. Solange du an deiner Zukunft festhältst, bist du nicht im Jetzt. Du kannst die Welle aber nur im Jetzt reiten, also musst du Vergangenheit und Zukunft loslassen. Das bedeutet, auch alles loszulassen, was dich mit Vergangenheit und Zukunft verbindet. Das beste Mittel zum Loslassen, ist die Vergebung. Vergebe dir und allen Anderen für Alles, was war und denke nicht darüber nach, was in der Zukunft schiefgehen könnte. So kommst du im Jetzt an.

*Affirmation: ICH BIN die vollkommene Gegenwart und nehme das Jetzt vertrauensvoll an!*

## 5. Reinige dein Feld

Du bist nicht dein Körper, nicht deine Persönlichkeit und auch nicht dein Intellekt, sondern du bist dein Feld, in dem sich Körper, Persönlichkeit und Intellekt bewegen und ausdrücken. Dein vereinigtes Feld setzt sich aus verschiedenen fest- und feinstofflichen Körpern und Feldern zusammen. Diese sind oftmals durch Gedanken, Gefühle und Fremdeinflüsse verunreinigt. Die Verunreinigungen in Form von Schatten, Blockaden und Implantaten können mit Hilfe der violetten Flamme jederzeit transformiert werden. Dieses verzehrende Feuer der Liebe belebt und bereinigt, wandelt um und erneuert alles, was nicht vollkommen ist.

*Affirmation: ICH BIN die bereinigende, transformierende, belebende und erneuernde violette Flamme, die Jetzt alles Unvollkommene in die ursprüngliche Vollkommenheit verwandelt!*

## 6. Richte dich aus

Es ist ganz entscheidend, worauf du deine Aufmerksamkeit lenkst. Wenn du beim Wellenreiten auch nur einen Moment daran denkst, dass du den Halt verlieren könntest, wirst du den Halt verlieren und in der Welle untergehen. Du musst deinen Fokus beherrschen. Wenn sich dein Geist zerstreut, verlierst du die Balance. Wenn du deinen Geist wie eine Lötlampe verwendest und auf einen kleinen Punkt konzentrierst, formst du das Bewusstsein zu einer Realität. Richte dich immer auf das aus, was du willst und vermeide jeden Gedanken an das, was du nicht willst - zum höchsten Wohle für dich und alle Beteiligten.

*Affirmation: ICH BIN Meister meiner Welt und richte mich auf Vollkommenheit aus!*

## 7. Setze Prioritäten

Während du die Welle reitest, macht es keinen Sinn, dich mit unnötigen Dingen zu beschäftigen. Setze ganz klare Prioritäten: Was ist essentiell und was ist wichtig, was behindert meine Entwicklung und was verhindert meine Entfaltung? Werde dir klar darüber, was förderlich für deinen Ritt ist und was nicht, was dich ablenkt und zurückwirft. Die Prioritäten hängen natürlich mit deiner Ausrichtung zusammen und dienen dazu, alles wegzulassen, was nicht deiner Ausrichtung entspricht. Es geht jetzt um sehr viel, also solltest du deine Prioritäten wirklich ernst nehmen.

*Affirmation: ICH BIN die intelligente Gegenwart, die mir meine Prioritäten klar und deutlich zeigt!*

## **8. Prüfe alles, was dir begegnet**

Die Welle verstärkt Alles, was ist. Somit verstärkt sie auch das Chaos, das durch unterschiedliche Strömungen, Meinungen, Weltbilder, Agenden und Informationen entsteht. Das Hochfahren all Dessen sorgt dafür, dass du von einer explosiven Mischung aus Ansichten und Wünschen umgeben bist. Dabei ist nicht alles Gold, was glänzt und nicht alles Licht, was lichtvoll daherkommt. Hinterfrage jede Meinung, jede Information, jedes Wort und jeden Satz mit deinem Herzen. Der Verstand lässt sich leicht überzeugen - dein Herz aber weiss, ob diese Überzeugung auch deiner Wahrheit entspricht.

*Affirmation: ICH BIN der Wächter über meinen Verstand, der nur das zu mir durchdringen lässt, was meiner Wahrhaftigkeit entspricht!*

## **9. Weise ab, was nicht Deins ist**

Die Kunst der Manipulation besteht darin, Andere von etwas zu überzeugen, damit sie es annehmen und zu ihrer Wahrheit machen. Es ist notwendig, dir darüber bewusst zu sein und nichts anzunehmen, was dir vorgesetzt wird, um es zu Deinem zu machen. Die Herausforderung besteht darin, dich einerseits abzugrenzen, um dein Feld rein zu halten, andererseits aber auch Mitgefühl zu leben und offen für deine Mitmenschen zu sein. Sei freundlich und höre Anderen zu, sage aber ganz klar stopp, wenn sie beginnen, ihren Müll in deinem Haus abzuladen. Oftmals ziehen Menschen, die keine eigene Anbindung an die Quelle haben, Energie von dir ab. Achte darauf, ob das der Fall ist und ziehe dich freundlich aber bestimmt zurück, wenn du das bemerkst.

*Affirmation: ICH BIN undurchdringlich geschützt gegen jede unvollkommene Einwirkung und nehme das nicht an!*

## **10. Steige nicht in Diskussionen ein**

Solange das Ego noch nicht in seine Schranken verwiesen wurde und einen Menschen führt, wird es ihn antreiben, schwer bewaffnet und gut gerüstet in jeden Kampf zu ziehen. Diskussionen sind ein derartiger vom Ego dominierter Kampf, bei dem es keinen wirklichen Sieger geben kann. Das Ego muss angreifen und verteidigen, denn es hat Angst um sein Überleben. Wenn du dich auf Diskussionen einlässt, vergeudest du deine Energie, die du jetzt dringend für dich selber und deine Entwicklung benötigst. Du kannst dir andere Meinungen anhören und andere Wahrheiten akzeptieren. Aber versuche nicht, Andere von deiner Meinung oder Wahrheit zu überzeugen. Das bringt nichts - weder dir, noch den Anderen.

*Affirmation: ICH BIN der Frieden in mir und schaffe Harmonie in meinem Umfeld!*

## **11. Lebe deine Freude**

Richte dich auf Freude aus und tue das, was dir Freude bereitet. Damit ist nicht die Scheinfreude gemeint, die sich einstellt, wenn eine Sucht befriedigt wird, sondern die wahre Freude deines Herzens. Folge der Freude und erlaube dir Freude. Darum bist du hier. Du bist nicht hier, um zu verzichten, um zu leiden und um für Andere zu funktionieren. Du bist hier, um Freude zu erleben und um deine Freude zu leben. Wenn es dir wirklich Freude bereitet, ein Stück Schokolade zu essen, dann gönn dir die Freude. Wenn es dir Freude bereitet, kreativ zu sein, zu singen, zu tanzen, zu lachen oder was auch immer es sein mag: Gönn dir deine Freude! Du kannst die Welle nur in Leichtigkeit reiten, wenn du Freude daran hast.

*Affirmation: ICH BIN die Freude, die sich erlaubt, zu sein!*

## **12. Schütze dein Feld**

Wenn du deine innere Arbeit tust, um die Welle zu reiten, vergiss nicht, dich so lange immer wieder bewusst zu schützen, bis dein Feld automatisch so stark ist, dass nichts Unvollkommenes mehr eindringen kann. Es passiert schnell und unbemerkt, dass du dich öffnest, indem du zuhörst, zusiehst, mitfühlst oder mitmachst. Ohne, dass du es bemerkst, öffnest du Türen, durch die negative Energien in dein Feld eindringen können, und wenn sie eindringen, merkst du es erst, wenn es zu spät ist. Dann sind sie da, haben sich an dich geheftet, eingeschlichen und eingenistet.

*Affirmation: ICH BIN der mächtige Schutzkreis um mich, der undurchdringlich ist, und der jeden störenden Gedanken, jeden Missklang, der zu mir durchdringen will, abweist!*

## **13. Verankere dich in dir**

Während du die Welle reitest, musst du fest in dir verankert sein, sonst verlierst du den Halt. Da es nichts gibt, woran du dich festhalten kannst, wirst du nur in Balance bleiben, wenn du selber die vollkommene Balance bist. Du erreichst die vollkommene Balance, wenn du dich mit deiner Seele verbindest und ihr die Führung überträgst. Gleichzeitig wird so die Anbindung an dein ICH BIN hergestellt. Dadurch verlagert sich die Wahrnehmung von der Steuerung durch die Persönlichkeit hin zur Öffnung dafür, dass nicht länger ihr Wille, sondern Gottes Wille geschehe. Gott in dir trägt dich auf der Welle, denn sie ist seine Liebe, Weisheit und Kraft, die dadurch auch zur Deinen wird.

*Affirmation: ICH BIN die Liebe, Weisheit und Kraft, die mich jederzeit lenkt und führt!*

## 14. Dehne dein Herzfeld aus

Wenn du dir bewusst darüber bist, dass du weder deine Persönlichkeit, noch dein Ego, noch dein Körper noch dein Intellekt bist, dann zentrierst du dich in deinem Herzen, dem Feld der Liebe, das das Zentrum deines gesamten Feldes darstellt. Von diesem Zentrum gehen weitere Felder aus, und zwar in erster Linie nach oben hin das Feld des Geistes und nach unten das Feld des Willens. Du kannst alle deine Felder bewusst vereinen, indem du dein Herzfeld ausdehnst. Diese Ausdehnung wird von Liebe getragen und ermöglicht. Wenn du also dein Herzfeld ausdehnst, dehnt du deine Liebe aus, und diese Liebe fließt wie ein Fluss von Innen nach Außen. Lass den Fluss fließen - er wird nicht nur dich, sondern auch dein Umfeld komplett verwandeln.

Affirmation: *ICH BIN reine Göttliche Liebe in Ausdehnung!*

## 15. Werde mit der Welle Eins

Das Wichtigste überhaupt, wenn du die Welle reiten willst, ist, mit ihr zu verschmelzen. Du kannst dich nicht halten, wenn du dich als getrennt von der Welle ansiehst. Du bist auch nicht von ihr getrennt: Du und die Welle sind Eins. Diese Einheit ist es, die den Ritt zu einem lebendigen Tanz der Freude macht. Nimm die Welle voll und ganz an. Nimm dich voll und ganz an. Sei dir bewusst darüber, dass es Gott in dir ist, der die Welle ermöglicht, der dein Leben ermöglicht und der dich jederzeit wieder aufstehen lässt, wenn du ins Straucheln gerätst. Du erlebst deine Kreuzigung, bevor die Welle ihren Höhepunkt erreicht, und du erlebst deine Auferstehung, während du auf ihr reitest. Dabei gibt es kein Leid, denn Gott und die Welle und du, ihr seid das Leben in Vollendung.

Affirmation: *ICH BIN die Auferstehung und das Leben!*

Du siehst, die Welle zu reiten hat ganz viel damit zu tun, du selbst zu sein. Dein wahres Selbst ist dein *ICH BIN*, und dieses *ICH* bedeutet Gott in dir, und *ICH BIN* bedeutet, Gott in dir in Tätigkeit zu versetzen, um das zu verwirklichen, was du Ihm auferlegst. Die Kraft der Verwirklichung steckt in dieser mächtigen Gegenwart, die ist, um zu werden. Denn diese Gegenwart ist Alles, was ist. Du bist Teil von Allem, was ist, und Alles, was ist, formt sich zu Allem, was erfahren werden möchte. Es erfährt sich immer individuell, und somit ist jede individuelle Erfahrung eine Göttliche Erfahrung.

Das Leben ist Gott in Ausdruck, und wenn du bereit bist, Gott in dir durch dich ausdrücken zu lassen, dann stellst du dich der natürlichen Ordnung nicht mehr in den Weg. Somit kann sie sich frei entfalten. Das ist die wahre Macht, die du hast. Nutze sie zum höchsten Wohle für dich und alle Beteiligten. Darum ist die Welle da: damit du dich an die Liebe erinnerst, die *DU BIST*.

*Sei still... und wisse... ICH BIN... Gott...*