

Die Praxis des Wandels

Hintergründe

Zu Recht wurde einmal die Frage gestellt, was ich in einem Kommentar zu einem Facebook-Post mit Integration all dessen, was wir sind - und all dessen, was wir nicht sind genau meine und wie die Praxis dabei aussieht. Das ist eine spannende und wichtige Frage, denn es geht nicht mehr um theoretische Spiritualität, sondern um die Praxis des Wandels. Dieser Wandel findet auf allen Ebenen statt - in uns und um uns. Wir können wegsehen und uns dagegen wehren - oder wir können hinsehen und die Veränderungen, die wir im Aussen sehen wollen, in uns vollziehen. Wie aber geht das? Was kann ich tun? Und was passiert derzeit überhaupt?

Die eigene Wahrheit zählt

Noch eine kurze Vorbemerkung: Jede Seele hat ihre eigene Wahrheit und ihren eigenen Weg. Ich masse mir nicht an, die Wahrheit für alle zu sprechen. Hier geht es um unsere Erfahrungen, unser Wissen und unseren Weg, und ich lege dies dar, weil ich glaube, dass der Eine oder Andere dadurch wertvolle Impulse erhalten kann und vielleicht einige grundsätzliche Fragen, die immer wieder auftauchen, beantwortet werden könnten. Letztendlich ist es aber von entscheidender Bedeutung, dass ein Jeder tatsächlich seine eigene Wahrheit findet und seinen eigenen Weg geht. Niemand anderes ausser mir selber kann meine Wahrheit und meinen Weg finden oder gar gehen. Und das ist auch schon einmal vorweggenommen die Quintessenz dieses Textes.

Finde deine Wahrheit. Finde deinen Weg. Finde dich! Und dann lebe deine Wahrheit, gehe deinen Weg und bleib bei dir. Nichts anderes ist von Bedeutung.

Eine Frage der Entscheidung

Beginnen wir mit der Frage der Entscheidung. Wenn jetzt eine Grundentscheidung - also die wesentliche Entscheidung - getroffen werden müsste, welche Entscheidungsmöglichkeiten habe ich?

- a) Ich kann mich entscheiden, mich nicht zu entscheiden. Wenn ich diese Entscheidung treffe, darf ich weitere Runden drehen, meine Themen werden mir weiter gespiegelt und ich darf erfahren, lernen, wachsen und spielen, solange, bis ich verstanden habe, was ich bin und warum ich spiele.

- b) Ich kann mich entscheiden, mich meinem Ego zu widmen und ausschliesslich mir selbst und ihm zu dienen. Dabei nutze ich die Instrumente der Macht, des Missbrauchs und der Manipulation, um meine Ziele umzusetzen, und zwar ohne Rücksicht auf Andere. In diesem Fall begeben sich mich sozusagen auf die Seite der Dunkelheit. Ich will und werde erfahren, wie es gelingt, mich zu bereichern und Macht über andere auszuüben, und ich werde Kriege führen - persönlich und global - um meinen Willen durchzusetzen. Ich entscheide mich also für die Aufrechterhaltung der Trennung.

- c) Ich kann mich entscheiden, Anderen zu dienen und die Welt zu retten. Dabei kämpfe ich auf der Seite des Lichts, um die Dunkelheit zu besiegen. Ich tue Gutes und rede darüber, und ich schliesse mich der offensichtlich guten Seite an. Ich helfe anderen Menschen in ihrem Kampf gegen die Dunkelheit und gewinne Mitkämpfer, die ebenfalls auf meiner Seite sind, um gemeinsam die Gegenseite zu bekämpfen. Ich kläre auf, das Lichtschwert gezückt, und ich entscheide mich - ob bewusst oder unbewusst - durch den Kampf für das Gute ebenfalls für den Erhalt der Trennung.

- d) Ich kann mich entscheiden, das Spiel Licht gegen Dunkel, Gut gegen Böse, Schwarz gegen Weiss, Arm gegen Reich etc. etc. zu beenden. In diesem Fall habe ich einen weiten und schwierigen Weg nach Hause vor mir - der aber durchaus auch leicht sein kann. Ich entscheide mich dann dafür, die Trennung aufzuheben und das Spiel der Dualität in der dritten Dimension zu verlassen.

Jede Entscheidung ist OK

Das sind die grundsätzlichen Wahlmöglichkeiten, und jetzt ist die Zeit, die eigene Wahl bewusst zu treffen. Egal, welche Entscheidung ich treffe, jede dieser Entscheidungen ist ok. Es gibt keine Wertung! Ich kann mich entscheiden, mich nicht zu entscheiden, und dann ist das gut und richtig. Ich kann mich für die eine oder andere Seite entscheiden und die Trennung aufrechterhalten, und dann ist auch das gut und richtig. Ich kann mich entscheiden, aus der Trennung auszusteigen und in die Einheit zurückzukehren, und dann ist das ebenfalls gut und richtig. Wie gesagt: Keine Wertung, denn ein Spiel ist ein Spiel, und in diesem Spiel ist ohnehin jeder ein Schöpfer. Und jeder Schöpfer spielt sein Spiel.

Aber egal, wie ich mich entscheide, die Entscheidung bestimmt über meinen weiteren Weg. Ich kann und darf und werde wachsen und erkennen, denn das ist der Grund unseres Daseins: Wir wollen uns und die Welt erfahren. Wir wollen wissen, was Leben ist, wie es sich entwickelt. Wir wollen Spass haben. Innerhalb der Dualität hat alles seine Berechtigung, und was für den Einen Spass bedeutet, bedeutet für den Anderen vielleicht Leid. Jeder geht seinen individuellen Weg, und jeder Weg ist gerechtfertigt. Aber jetzt haben wir eine ganz besondere Schwelle erreicht, und die hohen Energien unterstützen uns dabei, wenn wir uns für die vierte Wahlmöglichkeit entschieden haben, denn diese Energien wirbeln die Illusion einer starren Welt durcheinander, bringen Manipulation und Lügen ans Licht und unterstützen so den Wandel in uns, und zwar körperlich, emotional und mental.

Die Dinge spitzen sich zu

Es könnte durchaus die berechtigte Frage aufkommen: Warum sollte ich mich jetzt entscheiden? Und warum nur eine der vier Möglichkeiten? Gibt es nicht vielleicht auch andere? Klar, es gibt unendlich viele Möglichkeiten, sich zu entscheiden. So viele Möglichkeiten, wie es Seelen gibt. Aber wir haben auch eine ganz besondere Situation: Die Dinge spitzen sich zu. Man könnte sagen, die Welten trennen sich. Es wird viele Seelen geben, die nicht bereit oder gewillt sind, den Wandel zu erkennen und zu vollziehen. Für diese werden sich die Dinge weiterhin dramatisch zuspitzen. Für jede Erfahrung gibt es auch einen Weg, aber jeder Wahl folgen Konsequenzen und jede Entscheidung öffnet oder schliesst entsprechende Türen und Wege. Viele Seelen werden sich nun durchaus auch entscheiden zu gehen.

Da es hier um die Frage der Praxis der Verwandlung (die Voraussetzung für den Weg nach Hause ist) geht, möchte ich im Folgenden auch nur auf diesen Weg eingehen.

Wir werden - wenn wir dafür offen und bereit dazu sind - aufgefordert unsere Wahl zu treffen. Dabei ist die erste grundsätzliche Frage: Halte ich am Bestehenden fest oder lasse ich das Alte los, löse alle Anhaftungen und Programme und schaffe somit Raum für das Neue? Beide Möglichkeiten sind extrem, sind intensiv, sind folgenschwer. Aber eins ist klar: Es gibt kein sowohl als auch. Der Weg in die neue Welt ist der Weg nach Hause. Und auf diesem Weg gibt es nur eine Möglichkeit: Alles Alte klären und reinigen.

Dieser Prozess besteht aus Erkennen, Annehmen, Loslassen und Integrieren, und dieser Prozess führt in die reine bedingungslose Liebe - zurück in die Einheit. Einheit bedeutet nicht, keine Erfahrungen mehr zu machen, sondern die Trennung und somit die Dualität zu überwinden, indem ich alles integriere. Erkennen, Annehmen und Loslassen führt zur Integration. In der Einheit gilt das Prinzip lebensrichtig, und dieses Prinzip besagt: Zum höchsten Wohle für mich und alle Beteiligten, denn: Liebe trennt nicht, Liebe integriert.

Soviel zu den Hintergründen.

Aktuelle Situation

Derzeit stehen wir wie unter Praxis des Wandels beschrieben an einem Scheidepunkt: Etwas Neues bahnt sich an, und gleichzeitig versinkt das Alte immer mehr im Chaos. Wenn ich halbwegs wach bin, sehe ich, wie sich die Schlingen des Systems immer weiter zuziehen. Dies bedeutet einerseits, dass mit allen Mitteln versucht wird, das alte Spiel am Leben zu halten, und andererseits ist es genau dadurch dabei, sich selbst zu zerstören. Den Mächtigen läuft die Zeit davon und sie verlieren täglich mehr an alter - und illusorischer - Macht. In jeder Sekunde werden Informationen gezielt gestreut, um die Sklaven bei der Stange und somit im Tiefschlaf zu halten. Das Prinzip dabei: Angst. Wer Angst hat, funktioniert, und wer funktioniert, hält das System am Laufen.

Annäherung an dein Selbst

Wir leben scheinbar in einer fest-strukturierten Welt. Wir haben gelernt, wie sie funktioniert, was unsere Aufgabe ist, was wir denken und glauben sollen. Und wir halten uns daran - bis zu dem Moment, an dem wir beginnen, die Dinge nicht mehr einfach nur hinzunehmen, sondern sie zu hinterfragen. Das - gepaart mit einem sich erweiternden Bewusstsein und spirituellen Impulsen - ist der Beginn des Erwachens. Wenn du erwachst, verstehst du, das alles, was du bisher geglaubt hast, Programme sind. Du erkennst, dass es einen Unterschied gibt zwischen Glauben und Wissen. Du fängst an, den Glauben zu hinterfragen und öffnest dich für dein Wissen, also das Wissen, das aus dir kommt, anstatt in dich hineingelegt zu werden. Somit ist dies auch der Beginn der Annäherung an dich selbst - und an dein Selbst.

Das Licht erweckt uns aus dem Schlaf

Seit 2012 haben sich die Energien ständig erhöht. Dies ist sozusagen die kosmische Unterstützung für den Prozess des Erwachens. Bei und während dieser Frequenzerhöhung werden wir sozusagen mit Licht beschossen. Dieses Licht wirkt auf uns ein, durchdringt alle Schichten unseres Seins und aktiviert unsere Zellen und unsere Erinnerung. Auf Zellebene werden wir - sofern wir uns nicht dagegen wehren - an unsere göttliche Blaupause und somit auch die ursprüngliche Kodierung unserer Zellen erinnert. Das, was entfernt und manipuliert wurde, erinnert sich an den ursprünglichen - göttlichen - Zustand. Unsere DNS wird reaktiviert. Gleichzeitig findet durch das einströmende Licht eine Reinigung, Klärung und Erweiterung unseres Bewusstseins statt. Man könnte somit auch sagen: Das Licht erweckt uns aus unserem Schlaf.

Nach Hause zurückkehren

Diese einströmenden Energien haben sich lange Zeit exponentiell erhöht, nun aber steigt nicht mehr die Quantität, sondern die Qualität. Die Energien werden nicht mehr höher, aber intensiver. Und damit sind wir wieder bei der Frage der Entscheidung. Werde ich mich entscheiden, und wenn ja, wofür? Wenn ich mich dafür entscheide, den Weg nach Hause anzutreten und mich an meine ursprüngliche Göttlichkeit anzubinden, dann ist diese Energiewelle etwas, auf dem ich zu mir selbst und vor allem zu meiner Quelle surfen kann. Wenn ich mich dagegen entscheide, werde ich auf die eine oder andere Art in dieser Welle untergehen, denn die Wucht dieses Tsunamis ist tatsächlich so gross, das nichts Altes Bestand haben kann und wird. Aber wie sich jeder entscheidet, bleibt jedem selbst überlassen. Für den Fall, dass du dich dafür entscheidest, dich an dein Selbst anzubinden und nach Hause zurückzukehren, sind vielleicht die folgenden zusammengefassten Informationen hilfreich.

Bedingungen und Programme

Der Mensch ist nicht die Person, für die er sich lange Zeit gehalten hat. Die Person ist etwas, das dem Menschen übergestülpt wurde - eine Rolle, die er spielen durfte und spielen sollte. Der Mensch wurde auf eine Person reduziert. Dies geschah freiwillig - wir haben es zugelassen. Dabei hat der Verstand die Führung übernommen, Emotionen wurden verdrängt, das Ego hat dominiert und für alles wurden und werden Bedingungen gestellt. Wenn ich dies tue, wird jenes geschehen... Um glücklich zu sein, muss ich erst das haben oder jenes erreichen... Damit ich lieben kann, müssen bestimmte Voraussetzungen erfüllt sein... Ich mag dich, solange du so bist und dies oder jenes tust oder hast... Ich mache das, wenn ich dies dafür bekomme... Bedingungen und Programme sind das Pendel einer dreidimensionalen Welt.

Diese Bedingungen und Programme sind also Teil des Spiels der Dualität und bestimmen die Beschaffenheit unserer sogenannten Zivilisation - eine Zivilisation, die dem Untergang geweiht ist. Kennen wir das nicht? Ja: Das, was in Atlantis geschehen ist, wiederholt sich, aber dieses Mal haben wir die Möglichkeit, uns anders zu entscheiden. Wenn wir dies und alles damit zusammenhängende und dafür notwendige tun, werden wir die spät-Atlantischen Erfahrungen nicht wiederholen. Wir haben gelernt, sind gewachsen und können neu wählen. Diese Wahl ist ein aktiver Prozess und insofern nicht nur eine Entscheidung. Das Erwachen findet parallel auf drei Ebenen statt: Körper, Geist, Seele.

Licht rüttelt uns wach

Auf körperlicher Ebene erfahren wir seit einiger Zeit durch die hohen Frequenzen und den Einfluss des Lichts unterschiedlichste Symptome der Veränderung: Sehschwäche, Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen, Lähmungen, Durchfall, Brennen und Stechen, Jucken und Ziehen. Die Symptome sind so vielfältig wie die im Körper vorhandenen Blockaden und Stauungen. Sie zeigen, dass Veränderung notwendig ist, dass Veränderung stattfindet, und wo wir hinsehen sollten. Nichts von alledem ist herkömmlicher physikalischer Natur. Diese Symptome sind in den meisten Fällen keine Krankheiten, sondern Hinweise. Kein Medikament der Welt wird dafür sorgen, dass die Ursache behoben wird. Somit werden selbst - trotz medikamentöser Behandlung - die Symptome wiederkehren. Wir können sie aber zum Verschwinden bringen, wenn wir hinsehen und an und in uns arbeiten.

Gleichzeitig finden tatsächliche körperliche Veränderungen statt. Das Licht wird integriert. Alte Körpererinnerungen brechen auf. Die Zellen verändern sich. Die DNS verändert sich. Die zum Schlafen gebrachten Drüsen (z.B. Epiphyse und Hypophyse) erwachen und bringen uns unseren vergessenen Fähigkeiten wieder näher. Die linke und die rechte Gehirnhälfte werden verbunden. Das Licht rüttelt uns wach. All dies müssen wir aber erkennen und annehmen. Also: Keine Angst bei all diesen Symptomen. Hinsehen, spüren, zulassen, hindurchgehen.

Der Lichtkörper entwickelt sich

Nun kommt noch etwas hinzu, das von entscheidender Bedeutung ist: Parallel zu der Erinnerung in den Zellen, verändert sich auch unser Chakrensystem, und das ist der Weckruf für die Kundalini. Diese Urenergie schläft in unserem Basis-Chakra am unteren Ende der Wirbelsäule. Je bewusster ein Mensch wird, desto höher und somit schneller schwingen die einzelnen Chakren, und desto kraftvoller nähert sich die Kundalini dem Kronenchakra. Sie ist sozusagen die wichtigste Essenz für den Erwachungsprozess des Lichtkörpers. Die Kundalini darf niemals willentlich erweckt werden, da das Höhere Selbst diesen Prozess steuert. Das Nervensystem unseres Körpers hängt mit dieser kraftvollen Energie zusammen. Die Leitfähigkeit des Nervensystems könnte bei verfrühter Aktivierung überlastet werden. Starke psychische Schäden wären die Folge.

Mit der zunehmenden Erhöhung der Schwingung der Chakren und des Aufstiegs der Kundalini-Energie in unserem feinstofflichen Wirbelsäulenkanal, dehnt sich auch der Lichtkörper aus und verändert sich. Dieser wird auch als feinstofflicher Körper bezeichnet und besteht aus Spirituellem Körper, Mentalkörper und Emotionalkörper. Sie sind die immer niedriger schwingenden Verdichtungen des Seelenbewusstseins in den physischen Körper. Man kann sich das ähnlich vorstellen wie bei den russischen Matrjoschka-Puppen, die ineinander gesteckt sind. Unsere verschiedenen Bewusstseinskörper durchdringen und nähren den physischen Körper. Kein Bereich existiert separat - alle sind miteinander verwoben, verbunden und voneinander abhängig. Mit der Veränderung unseres Lichtkörpers, einhergehend mit der Veränderung des Bewusstseins, verfeinert sich auch die Wahrnehmung, und wir öffnen uns für höhere Wahrheit.

Prozess des Erwachens

Auf geistiger Ebene erkennen wir in dem Prozess des Erwachens, wie sehr wir manipuliert wurden. Wir erfahren mehr und mehr, wie die Steuerung der Menschen funktioniert, was tatsächlich hinter aktuellen Entwicklungen, politischen Strategien, wirtschaftlichen Interessen und Medienmanipulation steckt. Whistleblower bringen Wahrheiten auf den Tisch, die lange Zeit geheim gehalten wurden. Journalisten lassen sich nicht mehr länger den Mund verbieten und wechseln die Seite. Es wird immer deutlicher, wie sehr Wenige die Vielen manipuliert, gesteuert und gelenkt haben. Und - wenn ich nicht wegsehe - wird auch klar, dass nicht nur im fernen Ausland sondern auch direkt vor unserer Haustür ganze Völker ausgerottet und zum Schweigen gebracht werden sollen.

Wir erkennen und verstehen die Hintergründe einer über Jahrtausende stattfindenden Entwicklung. Kirche raubt Seelen. Wirtschaft raubt Geld. Rechtssystem raubt Recht. Pharmaindustrie raubt Gesundheit. Bildung raubt Wissen. Demokratie raubt Freiheit. Wenn wir nicht völlig hypnotisiert und ferngesteuert sind, kommen wir an der Wahrheit nicht vorbei: Nichts von dem, was uns gesagt wird, stimmt. Die Wahrheit wird um 180 Grad verdreht. Die Welt ist eine grosse Lüge, die sich diejenigen ausgedacht haben, die unsere Energie benötigen, um ihre eigenen Ziele in die Tat umzusetzen. Sie selber können es nicht, denn sie sind keine Schöpfer. Aber sie haben uns durch gezielte genetische und geistige Manipulation dazu gebracht, in ihrem Sinne zu funktionieren - in ihrem Sinne zu schöpfen. Die Menschheit wurde versklavt. Und so haben wir gemeinsam und freiwillig eine Welt erschaffen, die uns schon lange nicht mehr dienlich ist. Das aber dürfen wir erkennen, und wir erkennen es, und wenn wir es erkennen, erwachen wir.

Bewusstsein regiert die Welt

Und wenn wir erwacht sind, können wir nicht länger als Sklaven funktionieren. Sicherlich: Es gibt viele, die es trotzdem tun, die nicht hinsehen wollen, nicht verstehen wollen und nichts ändern wollen. Aber auch hier sind wir wieder bei unserer Entscheidung angelangt. Die Veränderungen, die auch auf der geistigen Ebene stattfinden, drängen uns dazu, die Entscheidung zu treffen. Und wenn wir sie treffen, verändern wir uns selber - und dadurch verändern wir die Welt. Unser Bewusstsein ändert sich, öffnet sich und erweitert sich. Und: Bewusstsein regiert die Welt.

Vom Glauben zum Wissen

Wenn das Bewusstsein erwacht und gereinigt wird, wird die Anbindung an die Seele immer wichtiger, geht aber gleichzeitig auch leichter vonstatten. Wir erwachen sozusagen in unsere Seele hinein. Diese Anbindung an die Seele verändert unser Leben. Wir suchen nicht mehr nur im Aussen nach Wissen und Wahrheit - wir wenden uns nach innen und erkennen, dass das, was wir immer im Aussen gesucht haben, im Innen zu finden ist. Die Seele ist sozusagen der Hüter unseres inneren Gartens, in dem Gott lebt. Wenn wir Kontakt zu ihm aufnehmen, uns anfreunden und miteinander verbinden, dann können und werden wir uns und unseren Garten neu gestalten - in bedingungsloser Liebe.

Unsere Seele ist das Tor in das Göttliche ICH BIN, das unser Wahres oder auch Höheres Selbst ist. Im Gegensatz zum falschen, niederen oder persönlichen Selbst, agiert dieses Selbst nicht auf Anweisungen des Ego hin, sondern aus seiner eigenen Göttlichen Kraft, Weisheit und Liebe heraus. Das Erwachen führt zusammen mit den hohen und intensiven Lichtfrequenzen dazu, dass wir den Wunsch verspüren, diese Anbindung an das Göttliche in uns zu vollziehen. Wir glauben nicht mehr, wir wissen. Und wenn wir unserem Wissen folgen - und nur dann - werden wir mehr und mehr vom Göttlichen in uns geführt und gleichzeitig nähern wir uns dem Feld der Einheit an. Wir werden zu dem, auf das wir gewartet haben. Dieses Werden ist die Transformation: Von der Raupe zum Schmetterling, der wie der Phönix aus der Asche der Illusionen aufsteigt.

Der Transformationsprozess

Wie eingangs schon erwähnt, gibt es keine universelle Lösung, keinen allgemeinen Plan und keine für alle Menschen gültige vorzugebende Art und Weise, die Veränderung in uns zuzulassen und durchzuführen. Jeder Mensch, jede Seele, hat ihren eigenen Plan, ihren eigenen Weg und ihre eigene Wahrheit. Aus diesem Grund möchte ich nur einige Hinweise geben, die bei mir funktioniert haben und die vielleicht auch anderen helfen können, sich von der Raupe zum Schmetterling zu wandeln, um sich als Phönix aus der Asche der Illusionen zu erheben.

Erkennen

Öffne dich für die Wahrheit, die aus dir selber kommt. Lerne, dir selber zu vertrauen. Nur, wenn du dir selber vertraust, bist du nicht mehr auf das Vertrauen an Andere angewiesen. Hinterfrage das, was du hörst, das, was du siehst und das, was du liest. Glaube nicht mehr an das, was andere glauben, sondern finde dein eigenes Wissen. Wenn du glaubst, was andere behaupten, weisst du noch lange nicht. Wenn du dir aber selbst vertraust und sich dann dein Wissen in dir offenbart, hast du keinen Glauben mehr nötig, denn du weisst.

Erkennen bedeutet auch, den Verstand auszuschalten, denn der Verstand hindert dich am eigentlichen Erkennen. Wie könntest du etwas erkennen, was dein Verstand nie gelernt hat? Das geht nicht. Dein Verstand kennt nur das, was er gelernt hat. Dein Verstand ist ein Programm, und dieses Programm kommt nicht aus dir, sondern es wurde in dich hineingelegt. Nur, wenn du dieses Programm bzw. diese Programme löscht, kannst du erkennen, was ist. Ansonsten bewegst du dich immer nur in den vorhandenen Mustern und Glaubenssätzen, und dann bleibt die Welt, wie sie eben ist. Alles bleibt so, wie du es gelernt hast, und du kannst und wirst nichts Neues erkennen.

Erkennen heisst auch, zu verstehen, dass die Welt, die du wahrnimmst, aus dir heraus gestaltet wird. Die Welt ist ein Spiegel, der dir dich zeigt. Dir wird gezeigt, was in dir ist, was deine Glaubenssätze sind, was dein Glaube ist. Wäre dem nicht so, würde jeder Mensch die gleichen Erfahrungen in und mit der Welt machen. Das ist aber nicht so - jeder sieht seine eigene Welt und jeder macht seine eigenen Erfahrungen - weil eben die Welt aus dem eigenen Bewusstsein gestaltet wird.

Es gibt aber schon eine Verbindung: Das kollektive Feld. Das, was du bist, das, was du denkst, das, was du fühlst, das, was du wahrnimmst und das, was du tust, wirkt auf das

gemeinsame Feld - das kollektive Feld - ein. Somit hat auch alles, was du bist, denkst, fühlst, wahrnimmst und tust, Auswirkungen. Du wirkst, und die Gesamtheit aller Wirkungen ist das, was wir die Welt nennen. Es ist das gemeinsame Feld, und wir haben - jeder - Einfluss darauf. Wenn du dich also aus all deinen Programmen, Mustern und Glaubenssätzen ausklinkst (indem du sie erkennst und auflöst), wirkst du neu auf das Feld ein, und so kann das Neue in die Welt kommen. Somit werden also auch all deine Erkenntnisse Auswirkungen auf das gemeinsame Feld haben. Dies geschieht derzeit, und das ist der Wandel, von dem immer gesprochen wird.

Annehmen

Annehmen bedeutet, zu akzeptieren, was ist. Wenn du dem, was ist, keinen Widerstand entgegen bringst, keinen Widerstand aufbaust, dann nimmst du es an, so wie es ist. Das Problem eines Problems ist nicht das Problem - es ist der Widerstand gegen etwas, das überhaupt erst ein Problem ausmacht. Wenn du also annimmst, wirklich akzeptierst, dann baust du keinen Widerstand auf. Und der Widerstand ist die Kraft, die wirkt. Widerstand ist die Energie, die das Ungewollte wachsen lässt.

Annehmen, bedeutet aber auch, aus dem künstlichen Konstrukt unseres Verstandes, dem Prinzip der Zeit, auszusteigen. Zeit existiert nicht. Zeit ist etwas Gedachtes, nichts Reales. Das Konstrukt der Zeit führt dazu, dass du - angetrieben durch deinen Verstand - niemals tatsächlich im einzig realen Moment bist, dem Jetzt. Das Jetzt ist der ewig fließende Moment, und nur in diesem Moment kannst du auch tatsächlich sein. Aber wir haben gelernt und wurden dazu gebracht, uns mehr in der Vergangenheit und der Zukunft aufzuhalten, als im Jetzt. Aber in der Vergangenheit können wir nicht sein. In der Vergangenheit waren wir. In der Zukunft können wir nicht sein, in der Zukunft könnten wir sein. Das wirkliche Sein gibt es nur im Jetzt.

Du kannst auch immer nur jetzt wirklich annehmen, was ist. Und im Jetzt ist das Annehmen auch kein Problem. Niemals. Zum Problem wird es nur und ausschliesslich durch den Wechsel vom Jetzt in die Vergangenheit oder in die Zukunft, also dadurch, dass sich dein Verstand einmischt und dir sagt, was war oder was sein könnte. Dein Verstand kann sich nicht auf das Jetzt einlassen, denn er kennt das Jetzt nicht. Also ist die Voraussetzung für die vollständige Annahme dessen, was ist, in den Moment einzutauchen, in dem es ist: Jetzt. Und das Jetzt ist immer richtig und gut, weil es ist. Nimm es an, akzeptiere es und bringe deinem Verstand bei, sich nicht einzumischen.

Loslassen

Das Loslassen ist leicht dahingesagt, aber schwer durchzuführen. Obwohl: Es ist eigentlich nicht schwer, aber es bedarf tatsächlich des Erkennens und des Annehmens, um vollständig loszulassen. Das, was die meisten unter Loslassen verstehen, ist das Verdrängen. Aber zwischen Verdrängen und Loslassen gibt es einen wesentlichen Unterschied: Verdrängen ist Wegschieben, und beim Wegschieben wird ein Widerstand und/oder eine Blockade aufgebaut. Das Thema ist nicht aufgelöst, sondern nur aus dem Blickfeld und aus dem Bewusstsein geschoben. Im Unterbewusstsein und auch im Überbewusstsein ist es aber immer noch vorhanden. Und dadurch wirkt es um so nachhaltiger - auch im Körper. So entstehen Krankheiten, denn auf energetischer Ebene wirkt das Thema nach wie vor. Es entsteht ein energetischer Stau, der sich in Form von Beschwerden oder einer Krankheit ausdrückt.

Zum tatsächlichen Loslassen gehört auch immer die Vergebung, und zwar sich selbst und allen Beteiligten gegenüber. Nur, wenn ich tatsächlich vergeben habe, kann ich vollkommen loslassen - ohne die Vergebung bleibt immer ein Rest des Themas vorhanden, der nicht aufgelöst ist und somit weiterhin Bestand hat und wirkt. Es versteht sich von Selbst, das Erkennen und Annehmen die Grundvoraussetzungen sind, um zu vergeben und loszulassen.

Das Loslassen bezieht sich nicht nur auf die körperliche und mentale Ebene, sondern natürlich auch auf die energetische und somit emotionale Ebene. Jedes Thema, jedes Schuldgefühl, jede Verletzung, jeder Groll etc. ist mit Emotionen verbunden. Auflösen kann ich es also erst dann, wenn jegliche Emotionen und somit emotionale Anhaftungen verschwunden sind. Um dort hin zu gelangen, kann ich immer wieder in die Emotion gehen und sie erneut fühlen - jedes mal ein Stückchen tiefer, und jedesmal wird die Emotion dabei schwächer werden. Das könnte ich so lange tun und so oft wiederholen, bis sich die Emotion tatsächlich vollkommen aufgelöst hat. Das, verbunden mit der Vergebung und dem Loslassen, bereinigt nicht nur dieses Thema, sondern auch die entsprechenden Auswirkungen im Emotionalkörper. Dieser muss - um weitergehen zu können - von jeglichen Altlasten befreit und somit komplett gereinigt und geklärt werden.

Integrieren

Die Integration ist der wesentliche Teil des Prozesses. Erkennen führt zum Annehmen, Annehmen führt zum Loslassen und Loslassen führt zum Integrieren. Erst durch die Integration kommt der Prozess zum Abschluss. Dabei ist es wichtig, den kompletten

Prozess nicht aus Sicht der menschlichen Inkarnation durchzuführen, sondern aus Sicht des multidimensionalen Wesens, das wir sind. Wenn wir nur die Themen unseres jetzigen Lebens erkennen, annehmen, loslassen und integrieren, haben wir zwar eine wichtige Arbeit geleistet, sind aber nicht dort, wo wir hinmüssen, um den Übergang in die nächste Dimension zu vollziehen. Um für uns den Zyklus der bisherigen Inkarnationen zu vollenden, müssen wir erkennen, dass wir mehr sind als das, wofür wir uns gerade halten.

Wir sind - jeder für sich - eine Seele auf dem Entwicklungsweg. Die Seele ermöglicht uns die Verkörperung als Mensch, sie ist aber auch der Hüter des Gartens für alle anderen Inkarnationen, die wir hatten, haben und haben werden. Sie ist das verbindende Element von allem, was wir waren, allem, was wir sind und allem, was wir sein werden. Sie ist sozusagen die Schnur, auf der alle Perlen unseres Seins in Form von Selbsten und Seelenanteilen aufgefädelt werden. Sie ist gleichzeitig der immer vorhandene und immer präsente Schöpfer der Kette. Die Kette verbindet alle Inkarnationen und alle Anteile von uns mit uns und der Quelle. Diese Verbindung können wir nutzen, um vollständig zu integrieren.

Integration bedeutet Harmonisierung all dessen, was ich war und was ich bin. In anderen Worten: Es geht um die Auffrischung, Erneuerung und Vervollständigung dessen, was ich bin. Durch die Integration wird das Unvollkommene zum Vollkommenen, werden die Teile zum Ganzen. Aus diesem Grund ist es wesentlich, nicht nur die Ereignisse und Erfahrungen dieses Lebens zu betrachten, sondern zu verstehen, dass Ich nicht nur diese Inkarnation sondern alle Inkarnationen bin, die meine Seele durch meine Selbste initiiert hat. Und aus dieser Perspektive betrachtet, wird auch klar, dass ich nicht nur die Erfahrungen meines derzeitigen Lebens habe, sondern noch viele mehr. Somit liegt es auf der Hand, dass ich auch schon viele unterschiedliche Rollen gespielt und viele unterschiedliche Erfahrungen gemacht habe. Ich war Herrscher und Beherrscher, ich war Täter und Opfer, ich war arm und reich, ich war schuldig und unschuldig, ich war Licht und ich war Dunkel. Ich habe viele Seelenanteile, die nun zu mir zurückkehren dürfen.

Wenn ich all das, was ich bin und was ich war, harmonisiere, integriere und auflöse, dann bleibt das reine Sein - jenseits aller Bewertungen. Integration bedeutet somit auch, nicht mehr zu werten, sondern alle Seiten zu erkennen und zu akzeptieren. Das führt zur Harmonisierung und dazu, dass alle (An-)Teile in das Ganze integriert werden. Ich bin die Ganzheit aller meiner Erfahrungen, und solange ich Schuld, Scham, Groll und Verletzungen nicht geheilt und aufgelöst habe, ist das Ganze nicht vollkommen und kann

auch nicht als Ganzes wirken. Somit könnte man die Integration auch als Meisterprüfung des Adepten ansehen. Wenn ich mich dazu entscheide, den Weg in die Einheit zu gehen, den Weg nach Hause anzutreten und somit die Dualität in der Ebene der dritten Dimension zu verlassen, dann kann dies nur gelingen, wenn ich alle meine Anteile integriert habe und somit vollständig geworden bin. Und darum ist der gesamte Prozess Erkennen, Annehmen, Loslassen, Integrieren so wichtig. Es gibt keinen leichteren Weg an die Schwelle zur nächsten Dimension. Ich muss mich und meine Themen erkennen und auflösen, damit ich frei von Anhaftungen bin. Solange noch dunkle Flecken und energetische Schatten in meinem Emotionalkörper sind, solange bin ich nicht bereit, die Pforte in die nächste Ebene zu durchschreiten.

Lieben

Die reine bedingungslose Liebe steht am Ende des Prozesses und ist gleichzeitig der Schlüssel, um den Prozess von Anfang bis Ende zu durchlaufen. Somit wäre es äusserst hilfreich, mich selbst bedingungslos zu lieben. Wenn ich mich selber nicht bedingungslos lieben kann, werde ich weder den Prozess durchlaufen können, noch dazu in der Lage sein, einen Anderen bedingungslos zu lieben. Wenn ich mir selber diese Liebe entgegen bringen kann, dann wird auch der Prozess ein leichter sein. Also könnte ich damit beginnen, mich selbst zu lieben. Aber auch hier scheint sich die Katze in den Schwanz zu beissen: Wie kann ich mich selbst lieben, wenn ich den Prozess noch nicht durchlaufen habe? Denn um mich zu lieben, muss ich mich erkennen, annehmen, loslassen und integrieren.

Die Antwort ist eigentlich ganz einfach: Beginne damit, die Liebe zuzulassen. Liebe ist nichts, was du tust, sondern etwas, dass du zulässt. Die Liebe fliesst von alleine, solange sie nicht am Fliessen gehindert wird. Somit stehst du dir also selbst im Weg, denn du selbst bist es, der verhindert, dass deine Liebe fliesst. Wobei es nicht wirklich du bist, der dieses verhindert, sondern dein Verstand. Dein Verstand kann mit Liebe nichts anfangen, denn dein Verstand sitzt im Kopf, die Liebe aber fliesst aus dem Herzen. Also könntest du damit beginnen, den Verstand auszuschalten und dich vom Kopf ins Herz zu begeben. Der Kopf denkt, das Herz fühlt. Der Kopf glaubt, das Herz weiss. Der Kopf plant, das Herz ist. Der Kopf verhindert, das Herz lässt zu. Wenn du also die Liebe zulassen willst, musst du vom Kopf ins Herz gehen.

Erschaffe dir deinen Raum im Herzen. Es ist dein ganz persönlicher Raum. Nimm wahr, was dort ist, nimm es an und lass es sein. Vertraue. Vertraue dir und vertraue deinem

Herzen. Die Verbindung zu deiner Seele findet im Herzen statt. Die Verbindung zu deinem Selbst findet im Herzen statt. Die Verbindung zu deiner Vollkommenheit findet in deinem Herzen statt. Das, was du dort findest und was die Verbindung schafft, ist die Liebe. Lass sie zu. Lass sie fließen. Spüre sie. Fühle sie. Lass sie frei.

Schalte deinen Kopf aus und nimm dich wahr. Nimm wahr, was du bist, nimm wahr, was du warst, nimm wahr, was du sein wirst. Alles, was du suchst, ist in dir. Hör auf, im Aussen nach Lösungen für dich zu suchen - es gibt im Aussen keine Lösungen. Die Lösung ist immer nur die Liebe, denn die reine bedingungslose Liebe ist die einzige Wahrheit - deine Wahrheit. Alles andere ist Illusion. Beende die Herrschaft deines Verstandes und lasse die Herrschaft deines Herzens zu. Dort regiert die Liebe. Lass sie fließen - zum höchsten Wohle für dich und zum höchsten Wohle für alle Beteiligten. Nimm dich zurück und lass die Liebe wirken. Sie heilt. Sie reinigt. Sie löst. Spring in ihren Fluss - er wird dich zu dir führen, zu deiner Vollkommenheit. Liebe ist Vollkommenheit und Liebe ist die Norm. Normalisiere dich, indem du alles verlernst, was du gelernt hast und wieder bist, was du wirklich bist: Ein vollkommenes, multidimensionales und liebevolles Wesen, das sich erfahren hat und nun nach Hause zurückkehrt.

Tipps für den Alltag

- Entscheide dich
- Denke nicht so viel, atme
- Lass zu, was geschieht
- Geh aus der Angst
- Suche nicht nach Konzepten, suche nach deiner Wahrheit
- Erkenne dich
- Nimm dich an - voll und ganz
- Lass dich los - solange du dein Ego bist
- Harmonisiere deine Emotionen
- Liebe dich
- Vertrau dir voll und ganz
- Sei achtsam
- Achte darauf, wo dein Fokus ist
- Worauf lenkst du deine Aufmerksamkeit? Das stärkst du
- Sprich dich von aller Schuld frei
- Löse dich von allen Manipulationen
- Erkenne und löse deine Glaubenssätze
- Achte und höre auf deine Intuition
- Befreie dich von allen Abhängigkeiten
- Finde deinen Frieden in dir
- Bleibe immer im Jetzt
- Entscheide dich
- Gehe deinen eigenen Weg
- Vergiss niemals: Alles hat einen Sinn
- Lass Veränderungen zu
- Wenn Menschen nicht mitgehen wollen - lass sie gehen
- Halte nichts fest
- Erkenne dein Ego und erhebe dich darüber
- Vergebe dir und allen Anderen
- Sei dankbar
- Bewerte nicht
- Trenne nicht
- Suche Gott in Allem

Dieser Text ist schon etwas älter, und nicht alle darin enthaltenen Informationen stimmen mit meiner heutigen Sichtweise vollkommen überein. Trotzdem habe ich mich dazu entschieden, ihn als Download zur Verfügung zu stellen. Mehr und vor allem aktuellere Infos gibt es auf www.lebensrichtig.de