

The Mystical Principles of Healing

INTEGRATING THE PAST – PRESENCING THE FUTURE

Inhaltsverzeichnis

Rückblick auf die Lichtmeditation	1
Beginn der Meditation.....	8
Ende der Meditation	11
Mit deiner wahren Natur verbunden bleiben	12
Sich auf den Spirit und die zentrale Energie ausrichten	14
Unseren Platz kennen.....	17
Raum zum Lauschen.....	18
Lichtaktivierung von Lebenscodes	19
Hausaufgabe	22

[00:00:35]

Thomas: Es ist schön, wieder hier zu sein. Ja, wie Nicholas schon gesagt hat, hier gibt es gerade viele Feiertage. Es ist eine Zeit mit sehr hoher Energie. Viele Menschen praktizieren hier im Moment und in den letzten Wochen sehr intensiv ihre spirituelle Praxis und man kann das im ganzen Land fühlen, diese Veränderung im Energiefeld. Mehr Licht, mehr Kraft.

Besonders auch in Bezug auf das, womit wir arbeiten und was wir in den letzten Modulen angesprochen haben, dieser Zugang zum Licht, der wird stärker, wenn viele Menschen in einem kohärenten Feld praktizieren. Das macht es leichter und leichter verfügbar für uns alle.

Es ist so, als ob sich jeder Mensch mehr zur Verfügung stellt für diese Herunterbewegung, für das Herunterfließen von Energie. Zum Beispiel durch Gebet, durch Kontemplation, Meditation ergibt es eine Öffnung zu den höheren Ebenen. Wir stellen uns selber mehr zur Verfügung dadurch, dass wir unsere Aufmerksamkeit dorthin richten.

Wenn wir das gemeinsam tun, so wie wir das auch hier im Kurs tun, dann intensiviert sich das System, die Kohärenz einer Gruppe, wenn sie sich nach oben öffnet, es verstärkt sich dann für jeden Einzelnen von uns. Und vielleicht fällt uns das selber auf: Es gibt Tage, da fällt es uns leichter in Meditation zu sitzen und in Stille zu sein, uns mit dem Licht zu verbinden, und es gibt andere Tage, da ist es schwieriger. Vielleicht hast du dann Zweifel oder du denkst: „Ah, das funktioniert für mich nicht. Es ist zu schwierig. Es ist zu anstrengend. Es ist zu irgendwas“.

Rückblick auf die Lichtmeditation

Es gab dazu auch ein paar Fragen, deshalb spreche ich das an. Es gab ein paar Fragen zur Lichtmeditation. Einige haben wunderbare Erfahrungen und tiefe Öffnungserlebnisse und andere haben Schwierigkeiten damit. Meine Erfahrung in den vergangenen 12 Jahren ist, dass das ein ganz normaler Prozess ist. Manchmal braucht es einfach nur mehr Übung und manchmal ist es hilfreich, die Anstrengung loszulassen, und manchmal gibt es vielleicht auch eine Blockade im Energiesystem, die sich erst öffnen muss und die erst mit der Zeit schmelzen wird.

Jemand hat zum Beispiel gefragt: „Für mich ist es schwierig, mich so lange zu konzentrieren. Und es widerspricht für mich der Entspannung in der Meditation.“ Es widerspricht dem nicht wirklich, es ist gleichermaßen wahr. Meditation, und die Kunst der Meditation beinhaltet nach meinem Verständnis immer zwei Anteile: Das eine ist das Loslassen, die Entspannung, die Öffnung, die Raumhaftigkeit – über Raumhaftigkeit werde ich heute später noch mehr sprechen.

[00:05:07]

Die Raumhaftigkeit braucht eine Transzendenz der Aktivität. Mein Gehirn produziert im Moment Aktivität, ich verarbeite die Realität, meinen Computer, ich blicke auf das Außen, da gibt es Aktivität. Je mehr ich in der Aktivität drinnen bin, umso weniger Raum gibt es. Umso mehr bin ich mit meiner Realität identifiziert. Je mehr ich meine Wahrnehmung transzendiere, desto mehr ist da gleichermaßen auch Raum neben der Wahrnehmung.

Mein transpersonales Ich ist dann nicht mehr ganz eingenommen von der Erfahrung, sondern ich erlebe gleichzeitig eine ständige und viel tiefere Raumhaftigkeit in meinem Inneren und meine Wahrnehmung taucht in diesem größeren Raum auf. Ich selber bin auch Teil meiner Wahrnehmung. Thomas taucht auf im Wahrnehmungsraum meines eigenen Bewusstseins. Meine innere Wahrnehmung, wie mein Körper sich anfühlt, meine Emotionen, meine mentale Aktivität sind alle Teil der Welt, in der ich lebe.

[00:05:00]

Wir hatten da die Geschichte von den zwei Videoprojektoren. Der eine, der die externe Information hereinbringt, der andere, der die interne Information mit hereinbringt. Beides wird projiziert auf die Leinwand. Im Moment üben wir die Leinwand, aber durch die am Anfang des Kurses empfohlene Meditationspraxis, die für die Raumhaftigkeit, üben wir eben neben der Lichtmeditation gleichzeitig weiterhin die Raumhaftigkeit.

Im Raum fixiert alles was ich tue mein Bewusstsein wieder auf das, was ich tue. Bis ich ein kohärentes Zeugenbewusstsein habe, das mich den ganzen Tag hindurch begleitet. Wenn ich in der Meditation viel tue, dann kann das bewirken, dass ich hängenbleibe an der Identifizierung mit der Aktivität und dann fehlt der Raum, dann fehlt die Wahrnehmung von dem Raum, die Bewusstheit über den Raum.

Aber in mehr und mehr Meditationen erreiche ich vielleicht diesen Raum, diese Raumhaftigkeit, die in mir zu tieferer Entspannung führt, es ist wie eine Entspannung mit Bewusstheit. Dann kann ich in beiden Welten gleichzeitig leben. Also die Welt der Wahrnehmung, die meinen Tag widerspiegelt, und die Welt meines transpersonalen Seins und das ist viel tiefer als mein Erleben in Zeit und Raum. Und das ist tiefer, weil es zeitlos ist.

Für diesen Teil der Meditation ist es wichtig zu lernen, nicht dazwischen zu funken bei dem Auftauchen der Realität in mir. Mein Zimmer, diese Worte, mein Körper, alles was ich jetzt verstehe steigt auf in diesem größeren Raum. Wenn ich mich da nicht einmische, dann tauche ich tiefer ein in die Raumhaftigkeit und dann kommt es zu dieser brennenden Präsenz in der Stille. Dann kann ich letztendlich eintauchen in den Ursprung, in eine nicht-duale Bewusstheit.

In der Lichtmeditation hingegen – und in viele spirituellen Traditionen, wenn ich die jüdische Tradition, die Sufis und andere anschau - dann gibt es immer auch einen Zweig, der sich mit Mantras, Mandalas, Licht oder Gebet befasst. In irgendeiner Weise eine Form, die uns hilft, bestimmte Stufen unseres Seins zu transzendieren und uns zu befähigt, zu höheren Stufen, umfassenderen Stufen, liebevolleren, intelligenteren Stufen unseres Selbst Zugang zu finden.

Bei der Lichtmeditation können viele die Konzentration nicht mehr als einige Sekunden beim Licht halten und fallen dann wieder ins Denken zurück, wir fallen zurück auf den rationalen Level unseres Seins.

Aber über dem rationalen Level, der der aktuellste Mainstream-Entwicklungsstand unserer Gesellschaft ist, verbinden wir uns mit dem Licht, denn das ist die treibende Kraft für neuere Stufen im Evolutionsprozess.

Wenn ich mich mit der höheren Intelligenz verbinde, dann ist das eine transrationale mystische Praxis, denn jeder Teil der Evolution wird Teil des Egos. Die Egostruktur besteht im Moment aus körperlichen, emotionalen und rationalen Schichten des Selbst und allem was dazu gehört, innen und außen. So verarbeite ich meine Realität, darauf beziehen sich die meisten Funktionen meiner Prozesse von Realität, sie sind darin eingebettet.

[00:10:00]

Und dann gibt es die Offenheit, von der ich das letzte Mal schon gesprochen habe. Wir als Praktiker im Heilbereich, als Therapeuten, als Osteopathen, was auch immer ich tue und wo ich mich hineingebe, egal wie genau ich meine Heilarbeit, meine Heilenergie anbiete in der Welt, und nicht nur für Menschen in Heilberufen, sondern auch für alle Menschen, wie verpasse ich denn nicht den Zug meiner eigenen Evolution?

Wir sprechen da heute noch mehr drüber, denn das ist ein wichtiger Aspekt zu sehen, wie ein Mensch im Fluss seiner Entwicklung bleibt. Wann ich mich zu sehr hineinbegebe, zu sehr konsumieren lasse von meinem eigenen Leben oder wann ich mich zum Beispiel in den Erfolg meines Lebens verliebe, und dann üben wir nicht mehr genug, wir praktizieren die Raumhaftigkeit nicht mehr genug.

Also, die Lichtmeditation ist die Konzentration auf das Neue, das ankommt. Die neue innovative Kraft, die in uns als Menschen aufsteigt. Es kommt als Inspiration, als überraschende Sätze, die wir plötzlich sagen, es kommt als Einsicht, als Kreativität, wie auch immer wir das in die Welt bringen, es ist alles ein Kanal für das Neue.

Und um zu lernen, dass das kein Zufall ist, sondern dass das eine Funktion ist, eine Fähigkeit, die wir üben können, dafür müssen wir die Konzentration üben. Bei der Konzentration geht es nicht darum, dass meine Persönlichkeit da Anstrengung hineinsteckt, sondern es bedeutet mehr eine Ausrichtung auf einen Punkt. In meiner idealen Meditation praktiziere ich zwei Aspekte, die da aufblühen. Meine Krone öffnet sich und dann kann ich mich mehr und mehr hineinsinken lassen in die Raumhaftigkeit und gleichzeitig bin ich dann fähiger, mich zu konzentrieren.

Das widerspricht sich nicht wirklich. Es ist wie eine Partnerschaft. Der Mann widerspricht nicht der Frau, die Frau widerspricht nicht dem Mann, wir brauchen beide, um ein Kind zu bekommen.

Für den Schöpfungsprozess der Welt brauchen wir beide Funktionen, auch dann, wenn uns eine dieser beiden Funktionen leichter fällt. Vielleicht ist das eine leichter für uns, aber darum geht es nicht. Aber wir brauchen beides, um wirklich zu unserem höchsten Potenzial zu werden.

Ich sage das so, aber unsere eigenen Neurosen können uns vielleicht zu zuviel Perfektionismus treiben, uns zu eng werden lassen. Vielleicht möchte ich üben, aber ich gerate an meine eigenen Widerstände. Ich möchte lieber das eine üben, weil das andere fällt mir schwerer fällt. Es gibt ganz viele Persönlichkeitselemente, die meine spirituelle Praxis überschatten können. Aber letztendlich sind beide Bereiche notwendig, um die Arbeit zu tun, die wir tun. Wie wir das auch schon gesagt haben bei der Praxis des Zuhörens: Ein Teil des Zuhörens ist Raum, ich empfangen dich, und der andere ist das Einstimmen. Mein gesamtes Nervensystem stimmt sich auf dich ein, sodass ich dich, als Teil der großen Realität, in einer ganz großen Auflösungsstärke sehe, sodass ganz viel Information über dein Leben auf mich ausstrahlt und ich bin auf einen Punkt ausgerichtet in dir, auf diesen einen Code in der Menschheit.

Bei dieser Einstimmungsarbeit ist es das Gleiche. Offen, raumhaft, liebevoll, rezeptiv, mitfühlend und eingestimmt, konzentriert, wie ein Laser, tiefer und tiefer ins Leben hineingehend. Für den, der diese Frage gestellt hat: Ich glaube, es braucht beides und es widerspricht sich nicht, sie sind wie Partner. Wir brauchen beide Fähigkeiten, die wir hier erforschen, sie gehören zusammen, wie ein Paar.

Es gab von mehreren unter euch auch noch ein paar andere Fragen zur Lichtmeditation.

[00:15:00]

Jemand hat gefragt: „Was ist das, dass ich nach der Lichtmeditation immer noch ein Herunterströmen wahrnehme und fühle, auch wenn ich schon aufgehört habe zu meditieren?“ Das kommt öfter vor, sobald wir diesen Kanal in uns mehr aktivieren, als wir das normalerweise tun und gewohnt sind. Stell dir vor du bohrst ein Loch in deine Decke hinauf zu deinem Nachbarn. Aus irgendeinem Grund ist die Wohnung deines Nachbarn angefüllt mit einem Parfüm, das du liebst. Also von dem Moment an, als du das Loch in die Wohnung deines Nachbarn über dir gebohrt hast, kommt die ganze Zeit ein bisschen Parfüm herunter. Und weil dieses Parfüm wirklich magst, kommst du öfter zu dem Loch hin, denn du möchtest ein bisschen mehr von dem Duft erhalten und dann machst du auch das Loch ein bisschen größer, weil du mehr davon möchtest.

Also wenn wir die Lichtmeditation praktizieren, dann erhalten wir einen Geschmack von höheren Stufen von Bewusstsein und das fühlt sich gut an. Da kommen Einsichten, es strömt als Licht in meinen Körper und plötzlich fließen auch Dinge in meinem Leben mehr. Natürlich tue ich das dann öfter. Der Level meiner Entwicklung, der bisher auf mich gewartet hat, kommt jetzt runter in mein Leben und wir können sagen, dass das Einsichten sind, Kreativität; wir können sagen, dass es mehr Fluss im Leben ist, mehr innere Körperbewusstheit; wir können auch einfach sagen, es ist mehr Energie.

Die energetischen Aspekte werden sich einfach mehr herunterladen. Für manche passiert das auch in Träumen oder in der Meditation. Nach höheren subtileren Meditationen kann das die Träume beeinflussen, es kann Unbewusstes an die Oberfläche spülen, es kann bestimmte Bereiche meines Lebens beeinflussen, die ich plötzlich mehr wahrnehme. Es gibt ganz unterschiedliche Effekte, aber im Grunde beruht es auf dem gleichen Prinzip – mehr Energie mit höherer Frequenz, höherer Schwingung, höhere Bewusstheit, höhere Information, eine größere Perspektive beginnt hereinzukommen. Meine alte Perspektive öffnet sich für eine größere Perspektive.

Du kannst dir vorstellen, dass du deine Wohnung hast, in der du seit 10 Jahren wohnst. Dir gefällt deine Wohnung und irgendwann denkst du, dass deine Wohnung vielleicht ein bisschen zu klein ist. Stell dir mal vor, dass plötzlich Bauarbeiter kommen und einer sagt: „Passt mal auf, wir nehmen einfach die rechte Wand da in deiner Wohnung raus.“ Jemand trägt die rechte Wand aus deiner Wohnung heraus und deine Wohnung ist geöffnet und dann kommt jemand und nimmt die linke Wand weg. Und plötzlich sind die Wände weg und dir wird jetzt erst klar, dass da eigentlich eine viel größere Wohnung um deine Wohnung herum ist, die du noch nie gesehen hast.

Bei Bewusstseinsentwicklung ist das auch so. Wenn du dieses Glaubenssystem wegnimmst oder diese emotionale Kontraktion oder diesen spirituellen Glaubenssatz, wenn du den herausnimmst, dann kannst du in einer größeren Realität leben.

Bei der Arbeit, die wir hier tun, ist es das Gleiche. Höhere Energie bedeutet, dass es um deine Perspektive herum noch eine größere Perspektive gibt. Wenn das Ego, was wir haben, Angst hat sich aufzulösen im nächsten Level, dann hat es eigentlich nur Angst, in den nächstgrößeren Zustand seines Selbst überzugehen, denn um mich herum gibt es einfach nur eine größere Wohnung, viel luxuriöser, viel freier, aber ich habe sie noch nie gesehen wegen der Wände, die ich in meiner jetzigen Wohnung habe.

Mein Bewusstseinszustand ist wie eine Wohnung, in der ich das Universum auftauchen lasse, in dieser Blase. Deshalb entscheidet das die Größe des Universums für mich, das entscheidet die Größe meiner Realität für mich. Wenn wir mit dieser Meditation beginnen, ist es, als ob wir beginnen uns mit der größeren Wohnung zu verbinden.

[00:20:00]

Die kleine Realität, die ich kenne, die mir vertraut ist, mit der ich identifiziert bin, liegt innerhalb einer viel größeren Realität, in die ich mich erst hineinentwickle und in die meine Wahrnehmung sich erst hineinentwickelt. Ich entwickle also ein neues Werkzeug der Wahrnehmung, um die größeren Möglichkeiten wahrnehmen zu können.

Wenn die Lichtmeditation für dich schwierig ist – wir machen das auch jetzt gleich noch mal zum Anfang dieser Session – dann ist es auch möglich, hochzugehen mit dem Bewusstsein zum höchsten Punkt deines Kopfes. Dann kannst du einfach auch mit deiner Aufmerksamkeit am höchsten Punkt deines Kopfes bleiben. Du kannst den höchsten Punkt deines Kopfes fühlen, du kannst dort hinschauen, du kannst dort hinhören. Manche werden bemerken, wenn ich leise bin und wenn ich mich auf den höchsten Punkt meines Kopfes konzentriere, dass du da vielleicht so ein Summen oder einen hohen Ton hörst.

Und wenn du dich darauf konzentrierst auf diesen Ton, dann ist das im Grunde das Gleiche, wie sich auf das Licht zu konzentrieren. Manche hören auf das Licht oder schauen auf das Licht, die anderen hören auf den Ton. Auch das kann mich auf die nächste Stufe bringen, zur größeren Wohnung. Es hilft mir vielleicht, mich zu konzentrieren und durch die Konzentration und die Intention wird mein gesamtes Energiefeld beginnen, höher zu schwingen. Dadurch können größere Einsichten hereinkommen.

Wenn dir das mit dem Licht schwerfällt, dann ist der Fokus auf den höchsten Punkt deines Kopfes eine andere Option. Entspanne dich dort an der Krone und mach dir keinen Stress mit dem Höhergehen. Lass es einfach dort offen werden und lass die Energie herunterkommen. Für manche ist das vielleicht auch kein Licht, sondern eine Wahrnehmung von Energie. Sei sehen dann am Anfang kein Licht und das ist auch okay.

Gut, bevor wir in den Teaching-Teil eintauchen, lasst uns noch mal praktizieren, denn das Interessante ist die Praxis. Die Praxis zeigt mir die vielen verschiedenen Schichten dieses Kurses. Durch meine Praxis verändert sich dieser Kurs, und was ich hören kann aus einer bestimmten Perspektive. Wenn ich da nach drei Monaten vielleicht noch einmal beim gleichen Modul zuhöre, dann höre ich plötzlich Dinge, die ich vorher nicht gehört habe. Je mehr ich durch meine Praxis wachse, umso mehr höre ich auch in den Modulen, durch die wir schon hindurchgegangen sind. Deshalb macht die Praxis den Kurs so reich. Lasst uns mal mit der Meditation beginnen.

Beginn der Meditation

Setz dich bequem hin. Wir beginnen wieder mit dem Körper als Anker. Wir nehmen uns diesen ersten Moment einfach nur zum Einsinken lassen. Bring deine Aufmerksamkeit in deine innere Welt. Spüre deinen Körper, diese Einfachheit des Sitzens. Wie du atmest.

Was auch immer gerade der Zustand ist, in dem sich dein Körper gerade befindet, heute, jetzt, an diesem Punkt in deinem Leben. Fühlst du dich entspannt und ausgeruht? Müde? Verspannt? Gestresst? Offen?

Ich bin mir sicher, du hattest auch schon Zeit, die innere Körperkompetenzpraxis zu üben, so dass es jetzt hoffentlich leichter wird, dich willentlich mit bestimmten Regionen in deinem Körper zu verbinden und den Informationsfluss zu bemerken und zu sehen, wie der Körper die ganze Zeit mit ganz vielen Informationen kommuniziert. Gewebe, Muskeln, Gelenke, Nervensystem, Organe, Hormone, Blutfluss, Licht, so viele verschiedene Schichten, die miteinander kooperieren.

[00:25:00]

Fühl mal, wie die Anspannung in bestimmten Regionen den Informationsaustausch beeinflusst oder wie Entspannung einen Einfluss auf den Informationsfluss hat und natürlich wie bewusste Regionen im Körper den Informationsfluss beeinflussen und unbewusste Regionen, wie sie einen Einfluss haben auf den Informationsfluss.

Wir haben auch darüber gesprochen, dass es Regionen gibt, zu denen wir schwieriger Zugang finden und andere Regionen, die reichhaltiger an Körperempfindungen sind, die für uns leichter wahrzunehmen sind. Sich einfach ein bisschen durch die innere Körperlandschaft fließen lassen und die Unterschiede wahrzunehmen, die unterschiedlichen Qualitäten. Besonders dem Informationsfluss und Informationsaustausch zu lauschen. Die Intention setzen, wahrzunehmen, wie Informationen ausgetauscht werden, dem zu lauschen.

Zu sehen, dass es da verschiedene Level gibt, die kommunizieren, Hormone, das Nervensystem, das Licht in verschiedene Regionen des Körpers leitet, Wasser im Körper, ganz viele Informationen, Bewegung, der Fluss des Blutes, wie jeder Teil des Körpers mit einbezogen ist, die Kohärenz im Ausdruck eines bestimmten Bewusstseinszustands, deiner Seele, wie Teile deines Körpers es schwerer haben, die Information zu erhalten, wie sie Teil des Ausdrucks dieses Bewusstseins werden können.

[00:30:00]

Und wie manche Regionen im Körper ganz einfach Kontakt miteinander haben, wie da eine Freundschaft besteht, ein nachbarschaftliches Verhältnis.

Vielleicht gibt es andere Regionen im Körper, die schwerer miteinander kommunizieren können, wo es etwas wie Zäune dazwischen gibt, wo weniger Kommunikation stattfindet oder mehr Reibung oder Druck oder mehr Leere. Das schließt auch unsere emotionale und mentale Welt mit ein. Beide stehen in ganz enger Beziehung mit dem Körper.

Wie ich über mich fühle und über die Welt und wie ich über mich und die Welt denke, Verbindung zu bestimmten Regionen in meinem Körper. Information fließt durch meine körperliche Ebenen und meine emotionalen Ebenen und meine rationalen Ebenen.

Und wie diese drei Schichten die größere Information meiner Seele, meiner Intelligenz leiten, meine Verbindung zum größeren Ganzen. Auf der einen Seite meinen Platz im Leben zu finden und auf der anderen Seite einen gesunden Beitrag, einen gesunden Ausdruck im Leben zu finden.

Und auch noch einmal zu sehen, wie sich deine Basis entwickelt. Vielleicht war sie am Anfang des Kurses schon so oder vielleicht hat durch den Kurs Heilung stattgefunden. Wie sitzt du in deiner Basis, in deinem Körper? Und deine Emotionen und Gedanken, sind sie verbunden mit deiner Basis, mit deiner Existenz, mit deinem Platz? Die Nahrung, die Kraft, dein Wille.

[00:35:00]

Von der Erdung in der Basis her bewegen wir uns wieder aufwärts durch die Wirbelsäule hindurch zum höchsten Punkt unseres Kopfes. Wir halten unsere Aufmerksamkeit dort und horchen auf diesen Platz, wir schauen auf diesen Platz, als ob wir unser drittes Auge nach innen, oben drehen und zum höchsten Punkt unseres Kopfes blicken.

Sich einfach in diesen Platz hineinzuentspannen. In der Raumhaftigkeit der Entspannung dann langsam weiter nach oben aufzusteigen. Wenn das für dich schwierig ist, dann kannst du auch bei der Krone bleiben, am höchsten Punkt deines Kopfes.

Für die anderen: Beweg dich weiter nach oben und verbinde dich mit dem inneren Licht, der Erleuchtung, weißes oder goldenes oder blaues Licht, horche, schaue, fühle bis zu einem Meter über deinem Kopf hinaus oder noch höher hinauf.

Und wenn du irgendeine Wahrnehmung von Licht siehst, fühlst oder wahrnimmst oder wenn du diesen hohen Ton hörst, dann verbinde dich damit. Bleib bei dem Level von Licht, mit dem du dich verbinden kannst, und lass deine Wahrnehmung dort weiter hineinsinken. Es ist wie ein sich da Hineinentspannen und Erweitern, es mehr zu fühlen, auch diesen erhebenden Effekt, den das haben kann.

[00:40:30]

Sobald du dich dort stabilisiert hast, kannst du probieren, ob du noch einen Schritt höher gehen kannst. Und sich dann von diesem höheren Raum wieder zu verbinden mit der gesamten Gruppe. Also, du verbindest dich mit dem höheren Bewusstsein der gesamten Gruppe in diesem Kurs, mit dem höchsten Potenzial dieser Gruppe, mit der Heilkraft, die diese Gruppe hat, der Gesamtkurs und wie wir da hineinwachsen ins höchste Potenzial.

Und dann, wenn du möchtest, kannst du wieder zu dem Licht in deinem eigenen Kanal zurückkehren. Es ist immer gut, hin und wieder zu schauen, was der wirklich besondere Aspekt ist. Das ist besonders wichtig für die Menschen, die mit Menschen arbeiten: Was ist es, wofür meine Energie wirklich da ist? Wofür ist meine Energie genau da? Bin ich im Moment in meinem Leben wirklich im Strom meiner zentralen Intelligenz? Ist dieser Ort, an dem ich bin, der Platz, an dem meine Heilkraft am effektivsten sein kann?

[00:45:00]

Ist das, wo meine Intelligenz ist, der Ort, wo sie am besten konzentriert und angewandt werden kann in der Welt?

Und uns diese Fragen zu stellen in dieser höheren Verbindung, wie eine immerwährende Verfeinerung. Tue ich im Leben das, was meinen höchsten Qualitäten entspricht? Bin ich im Moment auf der richtigen Spur oder verteile ich mich gerade zu viel? Bin ich zu weit in meinem Ausdruck oder vielleicht auch zu eng? Ist mein Ausdruck auf der richtigen Spur und synchronisiert?

Und das gilt für jeden: Bin ich auf der richtigen Spur in der Art und Weise, wie ich mein Leben lebe, wie ich mich selbst ausdrücke in der Welt? Was ich jetzt gerade lernen möchte oder was ich vielleicht weitergeben möchte.

Und wenn du möchtest, dann kannst du diese höhere Klarheit auch einladen durch eine Art Gebet mit deinen eigenen Worten, formuliere dein Gebet in deinen eigenen Worten. Von diesem höheren Raum des Lichts aus lass es höher und höher über dir verschwinden.

Oder, wenn es dir schwerfällt, dann kannst du es auch im Zentrum deines Herzens versinken lassen. Die Bitte um Verfeinerung, um Verfeinerung deines momentanen Ausdrucks. Vielleicht werden manche das Gefühl haben: „Ja, ich bin an der richtigen Stelle, es fühlt sich eingestimmt an, ich bin am rechten Platz und es fühlt sich so an, als ob mein spezifischer Code am richtigen Platz sitzt.“

Vielleicht finden manche heraus, dass sie zu viel Zeit mit Dingen zubringen, die ihrer Energie nicht am meisten entsprechen, dort, wo ihre Intelligenz am kraftvollsten ist.

Vielleicht sind wir abgelenkt von Dingen, die gar nicht so notwendig und wichtig sind.

Und dann erlaube dir ganz langsam zurückzukommen, zurück zu deinem Körper. Fühle deine Füße auf dem Boden, atme ein paar Mal aus, tief ausatmen. Lasst uns langsam wieder zurückkommen.

Ende der Meditation

[00:50:00]

Mit deiner wahren Natur verbunden bleiben

Gut, lässt uns weitermachen mit den Dingen, die wir das letzte Mal schon begonnen haben. Es verbindet sich auch mit dem, was wir jetzt gerade getan haben. Wir haben gesagt: Der archetypische Weg des Heilers ist der Weg auf den Berg hinauf. Es ist ein Weg der Erleuchtung, und das Gleiche wie bei Wissen, Mitgefühl, Kunst, usw. – verschiedene Wege führen auf diesen Berg.

Heilung ist ein Weg, der auf den Berg führt, und es ist egal, welchen Beruf ich habe. Darunter liegt der Wunsch meiner Seele, auf die eine oder andere Weise zur Heilung beizutragen. Das kann als Arzt sein, als Krankenpfleger, als Heilpraktiker, als Therapeut. Es kommt nicht auf den Beruf oder auf den Zweig an, es ist ein ähnlicher Weg und es geht darauf zurück, dass meine Seele Zugang hat zu diesem Selbstheilungssystem des Menschseins.

Manche Menschen drücken die Selbstheilungsaspekte des gesamten menschlichen Systems aus und das kristallisiert in einer bestimmten Seele und Person, aber es reflektiert die Fähigkeit des Gesamtsystems, sich um sich selber zu kümmern. Jeder von uns, jede von uns, trägt eine bestimmte Qualität von dem in sich, und der Weg den Berg hinauf, durch die Praxis, durch das Unterrichten bis hin zur Meisterschaft, ist wie eine Verfeinerung dieser Energie. Je mehr ich in die Essenz komme, zum Zentrum meiner wahren Natur, umso mehr werde ich zu einem Laser.

In der Meisterschaft, haben wir gesagt, erreichen wir damit die Ebene der Wunder. Das ist der Platz, an dem die Energie und die Kreation immer näher zusammenrücken. Je tiefer ich hinabsteige, umso mehr kommt es zur Verzögerung. Realität hat eine Verzögerung in der Schöpfung. Wenn Energie aus der Quelle geboren wird und sich als Welt und mein Leben manifestiert, sind da plötzlich Zeit und Raum. Zeit und Raum sind Funktionen dieser Verzögerung und der Ausdehnung der Welt. Was im körperlichen Aspekt, im physikalischen Aspekt Zeit braucht, braucht viel weniger Zeit im Emotionalen, noch weniger im Mentalen, und je höher ich gehe, desto kleiner wird diese Verzögerung. Ein Wunder ist wie eine spontane Schöpfung von Heilung. Je tiefer ich den Berg heruntersteige, desto mehr Zeit und Prozesse brauchen Dinge.

Das ist eine natürliche Funktion des Lebens. Aber für uns, die wir tiefer und tiefer in die Heilkompetenzen hineinsteigen, braucht es immer wieder eine Verfeinerung, um näher an meine Essenz heranzukommen. Je mehr ich meine Essenz fühle, umso klarer wird mir erst, warum ich wirklich hier bin.

Vielleicht ist mein Leben zu voll mit Dingen, für die ich eigentlich gar nicht da bin und ich kann sie tun, weil ich eine intelligente Person bin und weil ich viele Fähigkeiten habe. Aber für manche Menschen ist es gut viele Dinge zu tun, denn das entspricht ihrer Intelligenz und sie müssen sie tun. Und für andere ist es gut, sich sehr zu konzentrieren, denn sie haben vielleicht eine ganz spezifische Qualität, in der sie gut sind.

Und das muss jeder für sich selber herausfinden. Zum Beispiel, indem ich in meiner Kontemplationspraxis nach innen höre und um Führung bitte, so wie wir das heute getan haben, und indem ich immer wieder mein eigenes Verständnis von meiner eigenen Energie verfeinere, das ist notwendig.

[00:55:00]

Denn während ich mich entwickle und während ich wachse und meine spirituellen Entwicklung sich ausdehnt, ändern sich diese Phasen vielleicht oder bewegen sich zu anderen Plätzen. Ich brauche dann andere Dinge. Wenn ich den Berg hinaufsteige, braucht es nicht ständig den gleichen Ausdruck im Leben. Da braucht es auch nicht immer die gleiche Praxis. Es braucht eine Verfeinerung, die dem Weg entspricht.

Also, um auf der richtigen Spur zu bleiben oder um den Zug nicht zu verpassen, so wie wir das das letzte Mal genannt haben, bleiben wir auf der Spur mit unserer innersten Entwicklung. Entwicklung ist wie ein Antrieb durch uns hindurch. Je mehr wir darauf hören und danach leben, umso mehr erfahren wir konstante, nahtlose Updates für uns. Wenn wir uns zu sehr von unserer Realität vereinnahmen lassen, von unserem Leben, von dem, was wir im Alltag tun, von alten Dingen, wenn meine Sucht nach meinem Leben und meiner Wahrnehmung zu groß ist, dann verliere ich den Kontakt zur inneren Raumhaftigkeit und inneren Angebundenheit. Dann bin ich mehr Teil des Lebens, in dem ich bin und ich verliere den transzendenten Aspekt. Je mehr ich die Transzendenz hineinlasse und zugleich geerdet bin in meinem Leben, desto mehr nehme ich teil. Dann verändere ich durch mein Leben mein Leben und füge auch etwas hinzu.

Denn in der Matrix ist es, während ich lebendig bin, so kraftvoll, weil wir dort eine Menge Macht haben, Dinge im Leben zu verändern, etwas hinzuzufügen, innovativ zu sein, denn wir leben in einem körperlichen Körper, wir sind verbunden mit der physischen Ebene und unsere Energie bewirkt eine Menge. Wir haben einen großen Magnetismus in der Welt, etwas dort zu bewirken.

Diese Verfeinerung ist notwendig, denn so lange wir im Zentrum unseres Flusses schwimmen, sind wir nicht so erschöpft. Wir sind verbundener mit Eros, mit dem Feuer. Wir sind verbunden und jeder Tag erscheint uns interessant, weil wir unseren zentralen Interessen folgen. Das ist das, was uns nährt.

Es gibt da die Gefahr – nicht nur im Heilbereich, aber da ist sie am größten, weil wir uns jeden Tag mit Krisensituationen beschäftigen, mit schwierigen Situationen, mit Problemen von anderen Menschen, mit sehr ernsthaften Situationen – das gesamte Gesundheitssystem ist schon gestresst aufgrund dessen, womit es sich beschäftigt.

Sich auf den Spirit und die zentrale Energie ausrichten

Das Gesundheitssystem muss gestresst sein, denn die Natur dessen, womit wir uns beschäftigen, hat oft Notfallcharakter, Gesundheitsproblemen, psychologischen Krisen, mit schwierigen Situation. Das ist die Natur der Heilarbeit. Und je mehr wir in Krankenhäuser hineinschauen oder ins Gesundheitswesen, besteht da auf jeden Fall eine große Gefahr für Burnout, einfach nur durch die Natur der täglichen Lebenssituation, mit der wir konfrontiert sind. Deswegen ist es umso wichtiger, dass Menschen, die dort arbeiten die bestmögliche Unterstützung erhalten.

Denn wie ich gesagt habe: Das gesamte System basiert auf stressigen Lebensereignissen und diese Lebensereignisse müssen täglich verdaut werden. Das ist eine schwierige emotionale Situation und eine mentale, körperliche und soziale Herausforderung. Das System muss damit umgehen – es ist praktisch schon gestresst im Kern seiner Natur – damit die Menschen, die in diesem Feld arbeiten, gesund bleiben können und keine Burn-out Erfahrung haben, denn es verbraucht ganz viel Energie.

[00:00:00]

Wir wissen das. Wenn wir uns in einer stressigen Situation befinden raubt das viel Energie und wir können da auch hineingesaugt werden – das ist ganz menschlich – und dann verbraucht das viel Energie.

Wenn wir jeden Tag mit Menschen umgehen, die sich in diesen Situationen befinden, dann kommt es da auch ein Stück weit zur Übertragung und dann ist es eine größere Anstrengung für das gesamte System. Das System muss sehr stark sein, um nicht in diesen täglichen Stress hineingesaugt zu werden. Viele, die ich kenne, viele Menschen, die im Gesundheitswesen arbeiten, sind finanziell, strukturell oder persönlich auf verschiedenen Levels ihres Systems herausgefordert, und befinden sich gerade so an der Grenze.

Auch das womit wir umgehen ist immer gerade so an der Grenze. Es braucht hier eine ganz starke Praxis, glaube ich, um gesund zu bleiben und um in Balance zu bleiben, in unserem eigenen Leben und damit wir auf tragbare Art und Weise langfristig diese Quelle sein können, beizutragen, ohne uns selber zu erschöpfen. Und das, glaube ich, ist eine sehr hohe Kunst. Das braucht gute Energiereserven im Hintergrund. Es braucht viel praktische Übung und es braucht vor allem unsere eigene Weiterentwicklung, uns mitten im Fluss zu befinden, denn der Fluss ist die Hauptwasserquelle.

Das bedeutet: Wenn ich mit Spirit im Einklang fließe, dann werde ich davon genährt. Das ist die höchste Energiequelle, die ich haben kann. Wir sehen das an verschiedenen Heiligen und Weisen der Geschichte, dass wenn sich jemand wirklich in Übereinstimmung mit der zentralen Verbindung zum Fluss oder zum Berg bewegt, dass dann endlose Energie zur Verfügung stehen und sich ausbreiten kann.

Ich möchte heute über die Nachhaltigkeit dieser Arbeit sprechen und wie das mit den mystischen Prinzipien im Zusammenhang steht. Was sind die Praktiken? Was muss ich praktizieren, um selber gesund zu bleiben und langfristig gesund teilhaben zu können an einem System, das ganz viel mit stressigen Lebenssituationen umgeht? Diese stressigen Lebensereignisse verbrauchen viel Energie; und Menschen, die innerhalb dieses Systems arbeiten, müssen unbedingt verbunden sein mit ihrem Brunnen, mit ihrer Quelle, sodass sie geben können. Und dann ist das eine sich nicht erschöpfende Quelle.

Die Quelle des Lebens erschöpft sich nicht, weil sie das ganze Universum gebiert. Wie kann ein limitierter Zustand wie der Planet Erde die Quelle erschöpfen? Das geht nicht. Je mehr ich mit der Quelle verbunden bin, umso mehr ist das ein endloser Brunnen und umso mehr kann ich meinen Vertrag erfüllen.

Wie ich letztes Mal gesagt habe: Wir haben alle einen Vertrag unterschrieben, wenn wir mit Menschen arbeiten. Ich erhalte ein Darlehen, ich kann auf einem höheren Intelligenzlevel fungieren, wenn ich mit Menschen arbeite und zugleich habe ich damit unterschrieben, dass ich alles dafür gebe, um zum klarsten Gefäß zu werden, das ich in meinem Leben werden kann. Alles, was ich tun kann, um meine eigene Energie zu klären, das werde ich tun, um die Welt so klar wie möglich in mir reflektieren zu können.

[00:05:00]

Wir haben gesagt: Jedes Mal, wenn ich eine Person treffe und meine Lebensenergie in dieser Interaktion heruntergeht, habe ich einen Schattenbereich getroffen. Das wirkt vielleicht wie eine Kleinigkeit, aber es führt mich direkt zum Burnout. Also wenn mir das im Alltag öfter passiert, dass meine Energie runtergeht und ich müde werde – nicht biologisch, sondern energetisch, dann ist das wie eine Investition in Richtung Burn-Out, wenn ich mich nicht darum kümmere. Wenn ich ansonsten gesund bin und genährt und ich bin nicht so gestresst, dann ist das leicht, denn dann kann der Rest meines System das abpuffern und es ist nicht so schlimm.

Aber wenn ich schon an der Grenze mit meiner Energie bin, weil ich ein sehr herausfordernden Job habe, wenn ich nicht genug schlafe, sehr viele Stunden arbeite, hohe Verantwortung trage, viele Klienten und Patienten habe, dann kann so eine kleine Veränderung, in die ich hineininvestiere in den Burn-Out, etwas ausmachen. Deshalb steht in diesem Vertrag, dass ich selber klarer und klarer werden muss, sodass ich mehr und mehr im Fluss meiner eigenen Seele schwimmen kann, meines eigenen authentischen Selbsts, und auch klarer werde in meiner eigenen Integration.

Denn wenn ich auf einen Klienten treffe wo mein Energiefeld einen nicht integrierten Bereich hat, dann kann ich dich nicht ganz klar sehen. Meine Wahrnehmung kann dann deine Information nicht ganz in mein Universum übertragen. Ich kann mich energetisch nicht ganz mit dir verbinden. Es wird dann immer eine reduzierte Beziehung auf diesem Gebiet geben. Wenn es da ein traumatisches Event gab oder ein starkes Thema, als die Person fünf war und ich hatte vielleicht ein ähnliches Erlebnis und wenn das in mir nicht gelöst ist, dann werde ich nicht fähig sein, dich dort ganz zu sehen. Ich kann mich da herausretten und zu meinem rationalen Wissen über dieses Thema greifen und ich kann dann vielleicht ganz viel drüber wissen, aber energetisch werde ich nicht fähig sein, diese energetische Verbindung wirklich ganz aufrechtzuerhalten und ich werde dich nicht ganz an diesem Platz fühlen können. Mein Nervensystem wird dich da nicht so unterstützen können, mein Energiefeld wird dich nicht so darin unterstützen können, bewusst zu werden und das Licht anzumachen in diesem Bereich der nicht integrierten Energien, als wenn ich das selber in mir aufgelöst habe.

Deshalb kann ich vielleicht ganz viel über dich wissen, ich kann zu meinen rationalen Kompetenzen zurückkehren und da ganz viel drüber wissen, aber ich kann dich da nicht so stark in einer entscheidenden Heilung unterstützen, weil das energetisch blockiert ist – in uns beiden.

Wenn ich meine Heilung mache – ich nenne das jetzt einfach Heilung, es bezieht sich auf alle Heilberufe – begegnen mir natürlich viele Menschen, die als Klienten zu mir kommen oder als Patienten oder wo auch immer ich arbeite. Und wenn ich an diesem Platz nicht klar bin, dann sage ich vielleicht Dinge zu den Klienten, die ich mir selber hätte sagen können, weil ich das aus meinem eigenen Leben kenne. Die einzige Sache ist: Wenn ich diese Sache in mir selber zumindest zu einem gewissen Grad aufräume, dann bin ich weniger damit identifiziert und weniger unbewusst als mein Klient.

Unseren Platz kennen

Dadurch steht mir mehr Raum zur Verfügung und dann kann meine Arbeit mit dem Klienten mir mehr Einsichten verschaffen in meine eigenen Themen. Zum Weg des Heilers gehört es natürlich auch, dass wir uns auf dem Weg des Heilens selber heilen. Denn was ist der Erwachensweg? Das ist ein 360 Grad Blick, sodass ich das Leben mit einer 360 Grad Perspektive anschauen kann, mit einer holografischen Wahrnehmung der Welt

[00:10:00]

Dass jeder Aspekt von mir, der mir vielleicht mal leicht fiel oder schwer fiel, eingebunden ist und eine Heimat findet in immerwährender Bewusstheit und Präsenz.

Das heißt, das mystische Prinzip muss im Universellen wahr sein und zugleich im ganz Spezifischen. Offenheit und Konzentration. Jeder Mensch hat einen Code, eine codierte Information und die ist ganz spezifisch. Nur du kannst dein Leben leben, nur du kannst herausfinden, was dein höchster Beitrag ist. Jeder von uns hat die Verantwortung – also auch mit Reflexion – herauszufinden, wo wir am effizientesten sind. Wozu ist unsere Energie da? Wo ist unser Platz? Wenn wir unseren Platz einnehmen, dann befinden wir uns in Übereinstimmung mit der Wirklichkeit.

Natürlich ist das kein statischer Platz, wenn wir da einmal gelandet sind. Wir haben das neueste Betriebssystem heruntergeladen auf unser Handy, wir sind up to date, aber in fünf Tagen oder zehn Tagen kommt ein neues Update, weil da einige Bugs waren, die jetzt wieder repariert wurden.

Also es ist nicht so, dass wir den Platz, sobald wir ihn gefunden haben, für immer gefunden haben, sondern wir kontemplieren das Leben weiter und tiefer, denn der Platz ist in Bewegung, es ist keine fixierte Position im Universum. Es gibt keine Fixierung im Universum. Da ist immer Bewegung. Wir finden und verfeinern durch unser Leben also die tiefere Bewegung und durch die Verfeinerung der tieferen Bewegung kommen wir mehr und mehr an.

Raum zum Lauschen

In dieser Verfeinerung finden wir auch Nahrung, es nährt uns. Indem wir dem Ursprung näher kommen, kommen wir näher an den Brunnen. Von dort erhalte ich meine Inspiration, ich up-date mein Leben und ich übe ständig weiter genug Raum zu haben, um zuzuhören. Wenn mein Tag zu voll ist und wenn ich das Gefühl habe, dass mein Leben zu eng wird, dann muss mir das ganz bewusst werden.

Manchmal funktioniert das eine Zeit lang, aber wenn das zu lange ist, dass ich nicht genug Zeit und Raum habe, dann werde ich angespannter und enger und dann ist das ein Alarmsignal und dann muss ich gucken, was ich aktiv tun kann, um wieder Raum zum Lauschen zu bekommen.

Raum zum Lauschen kann Verschiedenes sein. Manche sind so tief geerdet in der tiefen kontemplativen Praxis, dass sie zumindest meistens genug Raum haben zum Lauschen. Manche brauchen eine regelmäßige Morgenmeditation, manche brauchen tagelange Meditationsretreats, um diesen Raum zu schaffen. Manche müssen viel Zeit in der Natur verbringen. Was immer wir brauchen, wir müssen wissen, was wir brauchen.

Wir müssen wissen, was wir an kontemplativer Praxis brauchen, um genug Raum zur Verfügung zu haben, sodass Raum und Energie im Verhältnis am richtigen Platz sind. Wenn die Erfahrungen überhand nehmen und ich zu identifiziert bin mit meinem Leben und den Ereignissen dort, dann ist das ein Alarmsignal für die Mystiker. Dann muss ich schauen: Wie kann ich den Raum wieder hineinbringen, die Raumhaftigkeit, sodass wir wieder Zeit zum Lauschen haben? Wenn meine Praxis erfolgreicher wird und viele Klienten kommen und meine Kurse werden erfolgreich und ich habe immer weniger Zeit, dann muss ich immer auch wissen, ob ich noch genug Raum habe. Gibt es genug Zugang in meinem Bewusstseinsraum, sodass die angemessene höhere Information in mir landen kann? So lange sich das in einer guten Balance befindet, ist das super.

[00:15:00]

Wenn ich das von Moment zu Moment hinkriege, dann ist das wunderbar. Wenn ich zu irgendeinen Zeitpunkt dann in so hoher Kohärenz lebe, dass ich die Morgenmeditation nicht mehr brauche. Aber das gilt nur dann, wenn ich wirklich in jedem Moment von Moment zu Moment gleichzeitig ganz still und ganz in Bewegung bin. Davor brauche ich die Morgenmeditation, denn ich brauche genug Fenster für Raum oder um meine Batterien aufgeladen zu halten und auch um meine Inspiration offen zu halten.

So ist es auch, wenn wir gemeinsam mit Menschen sitzen. Dieser offene Raum, die offene Raumhaftigkeit ist der Zugang zu Information. Deswegen sagen wir in diesem Kurs, dass die Praxis der Lichtmeditation eine der Säulen ist, und dieses tiefere Zuhören ist die andere. Wir brauchen beides, um uns von Moment zu Moment updaten zu können.

Das Up-daten ist wie wenn wir den Browser neu laden. Wenn mein Computer älter wird und er ganz voll mit allem möglichen Zeug und kleinen Programmen ist, dann wird er irgendwie auch langsamer, er verbrennt mehr Energie, aber er hat weniger Leistung, weil es nicht mehr genug Platz gibt. Er ist nicht aufgefrischt, er ist nicht up to date mit dem Jetzt. Für unsere Heilpraxis gilt das Gleiche.

Lichtaktivierung von Lebenscodes

Dann möchte ich noch etwas zeigen. Ich sage erst noch was. Jeder Mensch ist aus mystischer Sicht ein Code. Das ist eine codierte Information in der Programmiersprache des Universums. Dieser Code enthält alle Informationen über dein Leben. Wenn dieser Code durch das Licht aktiviert wird und immer durchscheinender und flüssiger wird und weniger fixiert ist, oder wir könnten sagen: Wenn das Leben einer Person mehr und mehr innerlich verbunden ist, und mehr Raum und Lichtverbindung hat, dann wird er geöffnet.

Wenn du als Heiler, als Therapeut, als Arzt verbunden bist und du arbeitest jeden Tag mit Menschen; was dann passiert ist, dass du Menschen hilfst oder dass Menschen in deiner Präsenz mehr Zugang zu ihrer eigenen Essenz finden. Das ist das, wo die meiste Energie eingebunden ist und wo die größte Energieauflösung möglich ist. Wenn wir durch unsere eigene Praxis, durch unsere eigene Öffnung unterstützen, dass mehr Licht wie Wasser durch uns durchfließen kann, dann beginnt es um uns herum auch zu fließen.

Das letzte Mal haben wir gesagt, dass wir unsere Energie dem Leben öffnen, so dass Menschen zu uns kommen können. Wir erweitern unser Energiefeld und wir laden andere in unser Energiefeld ein. Ich stelle mich in den Service eines größeren Feldes. Ich nehme eine größere Verantwortung an. Die Verantwortung ist die Beziehung mit all diesen Menschen. In dieser Verantwortlichkeit findet eine energetische Expansion statt. Mehr Energie fließt durch mich, um sie weitergeben zu können. Sie ist nicht nur für mich. Sie fließt durch mich und alle meine Energiezentren werden up-gegradet. Sie operieren wie stärkere Windmühlen. Wenn der Wind durch die Windmühlen bläst, dann dreht sich das schneller. Das ist mit meiner Energie im Körper genauso. Ich werde da wie up-gegradet.

Das Licht wird dann weitergegeben zu anderen Codes. Andere Codes beginnen in Resonanz zu gehen und beginnen sich zu öffnen und werden transparenter. Was vorher als Problem oder als Schwierigkeit wahrgenommen wurde, entwickelt sich dann in Licht, in Lebensenergie und Entwicklung, und sendet dann einen Impuls zurück zum Heiler selber. Je mehr Menschen geheilt und gesegnet werden, umso stärker wird auch zugleich die Energie des Heilers.

[00:20:00]

Ein Heiliger ist im spirituellen Verständnis nichts anderes als ein leerer Kanal, der ganz viel Licht in den Rest der Matrix einfließen lässt. Der Einfluss wächst, indem immer größere Kreise von Seelen aktiviert werden, die ihre eigene Aktivierung wiederum weitergeben. Also das gesamte Feld wächst.

Wenn das ein gesunder Prozess ist, dann vergrößert das die Verbindung und das vergrößert die vertikale Dimension. Es geht weiter nach oben und es wird weiter und tiefer. Wenn dieser Prozess gesund stattfindet und wenn ich die Verantwortung annehme – das bedeutet auch, dass ich weiter an meinen eigenen Dingen arbeite, selbst wenn einige meiner Themen und Traumata sich schon aufgelöst haben zu einem gewissen Grad – dann werde ich das trotzdem weiter verfeinern.

Vielleicht war das mal körperlich kristallisiert, emotional oder mental kristallisiert und jetzt ist es vielleicht subtiler geworden, jetzt ist es vielleicht nur noch ein Flüstern, und dann verschwindet es am Horizont. Etwas, das schon mal ganz manifestiert war in meinem Leben, verschwindet dann irgendwann am Horizont. Dann ist die Resonanz von diesem Aspekt in meinem Feld weg. Wenn das keine Energie mehr hält, dann hat es keine Vergangenheit mehr und wenn das keine Vergangenheit mehr hat, dann ist es nicht im Weg von der momentanen Gegenwärtigkeit des Spirits.

Dass wir jetzt hier sind, hat nichts damit zu tun, dass wir hier jetzt in diesem Moment, in dieser Minute hier sind, sondern es bedeutet, dass die immer präsente Bewusstheit, die Ewigkeit, nicht mehr verdeckt ist von der ungelösten Vergangenheit der Menschheit.

Die Unmittelbarkeit von Spirit scheint in diesem Moment als dieser Moment durch. Sobald ein Thema wirklich gelöst ist, verschwindet das aus den subtilen Schichten der Energie, dann ist das weg. Genauso wie wir sagen, dass neue Dinge vom Horizont kommen und dass sie näher und näher kommen und dass sie eines Tages als Ereignisse im Leben erscheinen. Die Heilung ist im Grunde der umgekehrte Prozess davon, die andere Richtung.

Wenn wir das Prinzip der Lichtausdehnung mal hernehmen, wenn wir ganz in Übereinstimmung sind und das Licht durch uns fließt in unserer Arbeit und wir bringen das Licht in die Arbeit, dann weiten wir das Licht aus, wir weiten spirituelle Bewusstheit im System aus, wir öffnen den Raum für eine potenzialbasierte Gesellschaft.

Je mehr das gesamte System übereinstimmt mit sich selber, umso mehr hat das einen positiven Einfluss auf das gesamte System. Und jeder von uns, der mit Menschen arbeitet, trägt zu diesen Selbstheilungs- und Ausrichtungsprozessen des Systems bei.

Mein Leben ist eine kristallisierte Form dieses Prozesses, das Leben eines jeden anderen auch. Das leitet Licht ins System. Umso weniger Energie ich verliere bei den täglichen Interaktionen mit den Menschen, umso mehr ich mir bewusst bin, wenn ich in emotional intensiven Umgebungen arbeite, was das für einen Einfluss auf mich hat – und ohne, dass ich damit zynisch werde oder mich davon abtrenne, auf Distanz gehe – sondern indem ich wirklich Teil dieses Systems bin und ich in der menschlichen Sphäre mit offenem Herzen ganz verbunden bin. Und zugleich muss ich meinen Weg finden damit umzugehen in der tieferen und tieferen Bewusstheit, die ich entwickelt habe, sodass ich viele Perspektiven in meinem Bewusstseinsraum halten kann.

[00:25:00]

Dann werde ich weniger Energie verlieren, denn ich lerne, wie ich die Schwierigkeiten verarbeiten kann, die mir täglich begegnen. Ich integriere nicht integrierte Anteile meines eigenen Energiefeldes und so verliere ich dann weniger Lebensenergie mit unbewussten Momenten. Ich bin mehr verbunden, ich kümmere mich um meine eigenen Bedürfnisse. Wenn ich geerdet bin in meinem gesunden Willen und ich weiß, was ich will und was ich nicht will, dann kümmere ich mich darum. Ich kümmere mich um meine Grenzen, sodass ich gesunde Grenzen setzen kann. Ich weiß, wozu ich ja und nein sage und das kanalisiert sich wieder zurück zum Anfang, wo wir gefragt haben: Was ist dein einzigartiges Geschenk? Sitzt du in deiner zentralen Energie, deiner zentralen Intelligenz oder lenkst du dich durch zu viele Dinge ab? Ist ein Fasten angesagt, eine Klärung des Hauses, meines Hauses, weil mein Haus vielleicht zu voll ist mit allem möglichen? Das ist eine Reflexion meiner inneren Welt. Vielleicht ist mein Leben zu beschäftigt.

Dann räume ich die Dinge, die ich nicht brauche, aus meinem Haus raus, damit mein Haus wieder ein gesunder atmender Raum ist. Genauso ist das mit meinem Leben. Ich kann zu vielen Projekten ja sagen, dann bin ich überbeschäftigt, und das heißt nicht, dass ich dadurch dann mehr in meinem Element bin. Ich bin vielleicht in meinem Element wenn ich 18 Stunden am Tag arbeite und alles ist wunderbar. Dann sind all die Projekte, die ich annehme, Teil meines natürlichen Ausdrucks und dann sind die 18 Stunden wunderbar, so lange sie meine Batterie nicht erschöpfen, wenn es Teil meines Flows ist. Aber wenn es nicht Teil meines natürlichen Flusses ist, dann ist es nur eine Frage der Zeit, wann ich Burnout erfahre.

Deshalb schauen wir nicht zuerst danach, wie mein Leben aussehen sollte, um in Balance zu sein. Wir schauen zuerst auf die Essenz. Was ist die Essenz meines Lebens? Von dort können wir erkennen, wie das Leben ausschauen sollte und nicht andersrum.

Hausaufgabe

Was ist die Essenz? Bin ich in meinem Element? Ich kann mir diese Frage immer wieder stellen in meiner kontemplativen Praxis, auch bezogen auf verschiedene Bereiche in meinem Leben. Zu schauen, ob ich schon herausgefunden habe, was die zentrale Energie ist, die durch mich hindurchläuft?

Wie schaut mein Leben jetzt im Moment aus? Die Dinge, die jetzt in meinem Leben sind, müssen die da sein? Sind sie zu viel und überwältigend für mich oder sind sie am Platz? Stehe ich wirklich in Verbindung mit meiner Energie?

Das andere was wir bis zum nächsten Mal anschauen können ist: Wie ist der Zustand meiner Lebensenergiebatterie? Ich arbeite in Umgebungen, in denen es viele Schwierigkeiten gibt. Ist mein Level an Lebensenergie ausgewogen oder bin ich erschöpft? Was braucht es? Also nicht, was da sein sollte, sondern was es jetzt im Moment in Bezug auf meinen momentanen Entwicklungszustand braucht.

Es gibt da keine Formel wie es auszusehen hat, es gibt nur ein Herausfinden in jedem Moment, in allen Phasen meines Lebens, was die Komposition ist und wie der Weg ist, wie mein Leben ausschauen kann, sodass ich am besten meine Essenz ins Leben bringen kann. Manche sollten sich schon lange mal ein Time-Out gönnen, eine Pause, wenn sie mal hinhören würden. Für andere bedeutet es vielleicht, dass wir uns verfeinern müssen und uns updaten müssen und checken müssen, ob wir uns noch in unserem kreativen Potenzial befinden. Finden diese Überraschungen in unserem Leben noch statt, dass wenn ich spreche, ich mich selber mit dem, was ich sage, überrasche? Das ist ein Anzeichen dafür, ob ich mich auf der richtigen Spur befinde.

Was ich schön fände sich bis zum nächsten Mal anzuschauen, ist die Art, wie ich im Moment lebe. Stimmt es überein, ist das nachhaltig in Bezug auf meine Berufung?

[00:30:00]

Verbrenne ich zu viele Ressourcen? Regeneriere ich mich genug? Was sind die verschiedenen Aspekte vom Regenerieren für mich, die mir gut tun?

Für manche ist es die Meditation, wenn die spirituelle Verbindung die Hauptquelle ist, für manche ist es Liebe machen, für manche ist es in die Natur hinausgehen. Was auch immer. Manchmal ist es eine Mischung von all dem. Aber herauszufinden, was wir wirklich brauchen, um unser System immer wieder aufzuladen und zu regenerieren.

Und das andere, wo es sich lohnt hinzuschauen, ist: Wo verliere ich regelmäßig Lebensenergie? Wo ist mein Gefäß noch nicht verfeinert? Bin ich mir bewusst über meine unklaren Zonen im Energiefeld? Wir haben ja schon gesagt: Dort wo mein Energiefeld unklar ist, dort kann ich auch meine Umgebung nicht klar wahrnehmen, dann werde ich meine Umgebung immer verzerrt wahrnehmen und das limitiert meine Klarheit, meine Fähigkeit mich zu beziehen und diese Situationen werden mich mehr anstrengen. Da geht dann weniger weiter in einer Session. Wenn ich mich nach einer Session vielleicht erschöpft fühle, wenn die Session sich schwer angefühlt hat, wenn ich nicht am Punkt war, mich müde fühle, oder ich habe nicht ganz kapiert, worum es geht, dann sind das alles Symptome dafür, dass ich vielleicht nicht ganz in Übereinstimmung mit dem Moment schwinge.

Wenn ich die Verbindung mit der Energie verliere, dann ist das schon ein Anzeichen dafür, dass ich in mir auf einen unbewussten Bereich gestoßen bin. Ich glaube, es wäre schön als Hausaufgabe für bis zum nächsten Mal, das alles zu klären, all diese komplexen Beziehungen zwischen Burnout, Energieressourcen und wie das alles zusammenhängt und zu erkennen, was wir als Menschen, die in einem System arbeiten, das auf stressigen Lebenssituationen basiert, brauchen. Was brauchen wir, um uns in jedem Moment wieder anzufüllen mit Lebensenergie? Und zu sehen, wie wir dementsprechend leben können, sodass mein Leben im Fluss bleibt.

In vielen spirituellen Traditionen ist es so, dass man Opfer bringt, und da gibt es viele Arten, wie das aussehen kann. Ein Verständnis davon wäre auch: Um ein Leben in höherer Übereinstimmung mit Spirit zu leben, muss ich andere Sachen loslassen, die diesen Lebensstil mit Spirit nicht unterstützen.

Für manche ist das schon passiert oder passiert immer weiter, wenn das gebraucht wird und für manche ist es noch nicht so weit. Das bedeutet, dass ich mir wirklich mein Leben anschauen muss und erkennen muss: „Ja, ich kann mich mit bestimmten Dingen ablenken.“ Und das hat seinen Preis. Und der Preis ist meine Verbindung mit Spirit, mit Gott und meine Lebensenergie.

Ich glaube, es ist gut, das bis zum nächsten Mal zu klären. Ich schaue gerade auf die Zeit, wir sind schon fast am Ende. Ich werde hier, glaube ich, mal aufhören.

[00:35:08]

