

Walking Forever: Mystical Principles 4

Inhaltsverzeichnis

Wiederholung: Raum kultivieren, Zyklen vollenden, Angst integrieren	1
Bindung als Bindung gegenüber Bindung als Widerstand	7
Beginn der Meditation	8
Ende der Meditation	11
Wenn heute mein letzter Tag wäre: Meine Bindungen betrachten.....	13
Wenn heute mein letzter Tag wäre: In Beziehung bleiben mit meinen Abneigungen	15
Die Wichtigkeit von Erfahren und Raum.....	16
Unser Bewusstsein erweitern, um feinstoffliche und kausale Dimensionen beinhalten zu können	20
Q&A: Bei einem schmerzhaften Verlust Interpretationen vermeiden	25

[00:00:00]

Thomas: Herzlich willkommen wieder alle zusammen. Es ist erst eine Woche her, dass wir unsere letzte Session hatten, und ich bin sicher, dass die Inhalte der letzten Session noch präsenter sind. Aber ich werde trotzdem ein bisschen zusammenfassen, worüber wir gesprochen haben, und vielleicht einige Aspekte von anderen Sessions einbringen.

Wiederholung: Raum kultivieren, Zyklen vollenden, Angst integrieren

Wie Kosha so schön gesagt hat, ist unsere Erforschung eine Erforschung des Lebens im Allgemeinen. Auch des spirituellen Lebens, aber was bedeutet das, spirituelles Leben? Spirituelles Leben ist ein Leben, das mit Bewusstsein angefüllt ist, ist ein Leben, das interessiert ist am Ursprung unseres Lebens, und ein Leben, das interessiert daran ist, die heilige Natur des Lebens zu erhalten. Es hat mich sogar jemand gefragt, es kam eine Frage herein, warum ist unsere Inkarnation heilig? Unsere Inkarnation ist heilig, weil zuerst einmal die Essenz des Lebens heilig ist, und in jedem von uns gibt es einen Funken von Leben, der seit tausenden und hunderttausenden von Jahren ungebrochen ist, und so erschafft das Leben ständig neue Erfahrungen, neue Lebensumstände.

Wie wir auch in einigen der Sessions immer wieder gesagt haben, ist das Leben eine ständige Bewegung. Letztes Mal haben wir gesagt, es gibt eine grobstoffliche Realität, wo der physischste Aspekt von mir lebt, mein Körper, der ist ein Teil der Welt der Materie; und dann haben wir die Welt der feinstofflichen Realität, die Energie ist, und dann kann Energie auch physische Wahrnehmung sein, denn auch mein physischer Körper bewegt sich und ich habe Wahrnehmungen meines physischen Körpers, ich habe Emotionen, ich habe Gedanken, ich habe vielleicht Vorstellungen, Intuitionen, Inspirationen und höhere Erfahrungen. Feinstoffliche Erfahrungen sind es, wenn einige der Heiligen über ekstatische, lichtvolle, glückselige Erfahrungen sprechen, wo sie mit dem Licht der Welt vereint waren, das passiert also, wenn sich etwas in das höchste feinstoffliche Reich öffnet. Und im Lebens- und Sterbeprozess wissen wir von sehr dichten und sehr schwierigen Erfahrungen oder Realitäten. Wir wissen aber auch von sehr lichtvollen, glückseligen, freudigen, ekstatischen Realitäten in dieser Nach- ... im Design des Nach-Todes-Prozesses.

Die Essenz des Lebens ist es einerseits, dass der Funke des Lichts weitergegeben wird und weitergegeben wird, aber diese Essenz des Lebens trägt auch das Echo des göttlichen Schöpfungsprozesses oder des kreativen Prozesses des Universums weiter – und deshalb ist sie heilig, weil sie die Essenz ist. In der Essenz sind wir verbunden mit der Essenz der Kreativität, mit der Essenz des kreativen Prozesses.

[00:05:00]

Dann haben wir letztes Mal auch gesagt, okay, wenn wir uns den Tod anschauen, die Angst vor dem Tod anschauen, dann entdecken wir vor allem, dass das Gepäck, dass ich mit mir herumtrage, die Erinnerung an meinen Bindungsprozess ist, Ängste meiner Bindung, aus meinem Bindungsprozess, Ängste in meiner Basis, Ängste aus früheren Traumata, Ängste, die daraus entstanden sind, dass der Tod in der Vergangenheit als traumatisch erfahren wurde. Ängste wie kollektive Ängste, Echos all der Gewalt und der Folter, und viele Dinge die noch immer, wie ich denke, in unseren Genen sitzen, und die werden von einer Generation zur nächsten weitergegeben. Nicht so sichtbar, wie wir uns das manchmal vorstellen, sondern eher unsichtbar. Inzwischen deckt die Wissenschaft immer mehr epigenetische Veränderungen auf, die durch Traumata entstehen, und ich bin sicher, je mehr die Wissenschaft forscht und da tiefer geht, desto mehr Wege werden sich finden, wie das Leben Informationen über Generationen hinweg weitergibt. Und wir befinden uns in den Nachwirkungen davon.

Was ist spirituelle Praxis? Spirituelle Praxis ist, dass ich mein Leben betrachte und meinen Lebensprozess mit immer mehr Präsenz fülle, und dann entdecke ich ... Es ist so, als ob ich die Aspekte meines Lebens in höherer Auflösung betrachte, und weil ich da heranzoomte und, ganz wichtig, innehalte und schaue – wir haben gesagt, wir sind die Gärtner von Raum. Wir sind die Gärtner. Wir sind verantwortlich für ein Bedürfnis unserer Seele, welches Raum ist. Unser höchster Aspekt braucht genügend Raum, um ein reflektiertes Leben führen zu können, wir brauchen also Raum, genügend Raum und Zeit, um unsere Schöpfung zu betrachten. Und die spirituelle Praxis – wie Meditation, Kontemplation und auch Zeit einfach für Reflexion, sich verschiedene Aspekte anzuschauen – ist so, wie wenn ich immer und immer wieder die Tasse meines Lebens auswasche.

Natürlich übertreiben es manche Menschen mit dem spirituellen Verhalten. Im gesunden Sinn ist das eine sehr reale Sache, dass ich ein Bedürfnis habe, Zeiten zu haben – wie gesagt, eine Morgenmeditation, eine regelmäßige Meditationspraxis, einige Meditations-Retreats oder Gebetspraxis oder irgendeine andere Art von spiritueller Praxis – die mir helfen, den Kurs meines Lebens zu kontemplieren. Wenn ich das mache, dann bin ich nicht nur in meinem Leben – dann habe ich Raum. Und mit Raum beginnt die Erkenntnis. Mit Raum in unserem Leben beginnen Einsichten, beginnt die Innovation. Eine Art, meinen spirituellen Fortschritt zu sehen, ist zum Beispiel auch, wie oft ich mich selbst damit überrasche, was ich sage und was ich denke. Das immer mehr Überraschendes, emergentes Material in meinem Verstand auftaucht, in meiner Rede, in meinem Handeln, in meinen Interaktionen. Wenn ich mit Menschen rede, höre ich mich selbst Dinge sagen, die mich überraschen, weil ich sie nicht vorher gedacht habe. Das ist dann nichts, was meinem gelernten, vorbedachten Wissen entspringt. Es taucht auf. Plötzlich bin ich überrascht. Es ist eine neue Idee. Es ist eine frische Perspektive. Es ist etwas Neues.

Heute möchte ich mit euch einen genaueren Blick auf die drei Hauptzustände werfen. Wie wir letztes Mal erwähnt haben, ist das Grobstoffliche sehr klar, das Feinstoffliche werden wir heute auch in der Meditation machen. Dann sind auch Fragen hereingekommen, ob ich etwas mehr über die Natur des kausalen Zustands sprechen kann, was ich tun werde. Ich möchte heute auch ein bisschen mehr erforschen, an was wir eine Bindung haben. Wenn wir wüssten, dass heute unser letzter Tag ist, und ich all den Stimmen lauschen würde, die gerne hierbleiben würden, hier im Leben, in dem Leben, das ich kenne, die gerne in dem Leben bleiben würden, an das ich gewöhnt bin ... dass wir diese verschiedenen Stimmen mehr erforschen.

[00:10:00]

Wir haben letztes Mal auch mit der Hausaufgabe angefangen, uns Kreisläufe anzuschauen, die vollendet sind, und Kreisläufe, die unvollendet sind. Unvollendete Energie hinterlässt eine Spur. Energie, die sich vollendet, findet nach Hause. Jemand hat mich gefragt: „Okay, was passiert mit Energie?“ Nach den Gesetzen der Physik kann Energie nicht zerstört werden. Energie transformiert sich von einem Zustand in den anderen. Wenn ich zum Beispiel Schichten von Angst integriere, haben wir gesagt, die Energie kommt nach Hause oder kehrt ins Nichts zurück – und ja, das stimmt, aber sie kehrt ins Nichts zurück, weil sie zurück in den Fluss integriert wurde.

Wenn ich mit Angst arbeite ... Und das ist sehr spannend mit der Bindung, denn die meisten Bindungen ... Es gibt eine gesunde Bindung – dass ich Menschen in meinem Leben liebe, das ich emotional mit Menschen in meinem Leben verbunden bin – das ist etwas sehr Gesundes, das ist gesundes Leben. Denn wenn ich ständig abgetrennt bin, bedeutet das, dass ich mein emotionales Erleben sehr zurückhalte, dann scheint es, als ob ich gleichgültig bin, nicht so verbunden. Ich kann jederzeit gehen. Manche Menschen sagen: „Oh, mir ist das egal, ich kann jederzeit gehen.“ Das ist schon verdächtig.

Ein gesundes, verbundenes Leben, das warm ist, das mit Menschlichkeit erfüllt ist, das mit Verletzlichkeit erfüllt ist und mit Verbindung, ist etwas sehr Gesundes. Ich bin auf gesunde Weise mit dem Gewebe des Lebens verbunden. Gleichzeitig unterliegt es aber, wenn es eine reife Beziehung ist, dem Wandel. Das ist das Wichtige. Die Teile, die regressiv sind, können sich nicht verändern. Meine regressiven Teile sind in der Raum-Zeit fixiert. Sie werden irgendwo in meinem Entwicklungsprozess gehalten, und da leben sie immer noch. Das ist, denke ich, ein anderer Ansatz fürs Leben. Wir können sagen: „Oh, ich lebe in 2017.“ Ja, aber einige meiner Aspekte leben nicht in 2017. Die leben vielleicht in 1980. Sie leben vielleicht in der Zeit und vielleicht auch in dem Raum-Zeit-Aspekt, wo ich in der Vergangenheit traumatisiert wurde. Dieser Teil verändert sich nicht aktiv und bewegt sich nicht, aber beim Sterbeprozess werden meine älteren Teile ... Das Leben geht weiter, die Erfahrungen, die ich kenne, fangen an sich aufzulösen. Das Bewusstsein wird von diesem Ort freigesetzt und öffnet sich zurück ins Ganze.

Wenn die Teile in mir, an die ich gebunden bin, und die Teile in mir, gegen die ich Widerstand habe – denn Bindung betrifft nicht nur das, woran ich festhalte, sondern auch das, was ich immer vermeide ... Das, woran ich festhalte, und das, was sich immer vermeide, kann sich nicht ändern, und was sich nicht ändern kann, wird zum Teil des Designs meines Nach-Lebens. Das Leben kann diesen Teil nicht metabolisieren, weil es da noch eine Bindung gibt, und diese Bindung des Bewusstseins ist fixiert oder an diesem Ort fixiert. Deshalb sagen wir, das Bewusstsein bleibt gebunden, und das ist das, was letztendlich unvollendet bleibt und was wiedergeboren wird.

Andererseits haben wir auch gesagt, dass jeder von uns eine Lebensaufgabe hat. Wir haben gesagt, das Leben ist eine Frage, die das Leben durch uns stellt. Mein Leben ist eine Frage, die das Leben durch mich stellt. Es gibt also auch einen Zukunftsaspekt, es gibt nicht nur den Teil, der in der Vergangenheit fixiert ist und sich nicht ändern kann. Auch bei Trennungen in Beziehungen, in der Beziehungsentwicklung ist das so: die Teile, die der Veränderung unterliegen, die sich ändern können, die Teile, die reif und in Beziehung sind, können sich auch ändern. Wir werden eine Beziehung niemals auf der gleichen Ebene reparieren – wenn es eine Schwierigkeit in einer intimen Beziehung gibt, zum Beispiel in einer Ehe – werden wir diese Ehe niemals auf dem Level reparieren können, wo das Thema auftaucht.

[00:15:00]

Beide Partner müssen eine innere Entwicklung durchlaufen, um eine neue Beziehung zu finden, die die Antwort ist auf die vorige Schwierigkeit – aber diese Reife bedeutet, dass ich diesen Schritt machen kann, dass ich fähig bin, mich mit der Evolution zu bewegen. Vielleicht wollen sich meine Gewohnheiten nicht bewegen, weil sie auf dem Sofa des Lebens glücklich sind und weil sie glücklich sind mit dem, was wir haben, und warum sich bewegen, es ist doch bequem, es ist bis jetzt noch nicht zu unbequem. Das sind also die Dinge, die ich trainieren kann, die ich durch Werkzeuge entwickeln kann, wie wir gesagt haben. Aber die traumatisierten Aspekte oder die Aspekte, die in Regression fixiert sind, und die chronisch dissoziierten Teile, die sind abgetrennt, deshalb fühlt es sich, wenn ich das integriere, so an wie ... Wenn ich also eine Angst, die Teil meiner Vergangenheit ist, zu mir nehme und sie wieder in mein Erleben inkludiere – entweder allein oder, wenn es zu früh ist und meine Basis zu instabil ist, dann brauche ich externe Unterstützung dazu – und ich dann die Energien, die ausgeschlossen waren, wieder zu mir nehmen kann ... Deshalb fühlt es sich dann so an, dass die Angst sich in freie Energie transformiert, sich wieder in den Fluss zurückintegriert, und dann fühlt es sich so an, als ob sie ins Nichts zurückkehrt. Sie ist dann wieder Teil des Flusses des Lebens. Das ist ein sehr schöner Prozess, denn er bedeutet, dass ich jedes Mal, wenn ich etwas integriere, wieder mehr zurückkehre in die Ganzheit mit dem Leben. Die Energie wird dann zurücktransformiert in den Zentralkanal.

Ihr erinnert euch, wir haben über die Ausstiegstore gesprochen – verschiedene Schichten von feinstofflicher Energie, die zu unserem Ausstiegstor werden, wenn sie an die Realität, an diesen Schwingungszustand gebunden bleiben. Idealerweise tauchen wir in den Hauptfluss und geben uns dem Veränderungsprozess hin. Wir entspannen uns buchstäblich in den Sterbeprozess, aber mit dem Göttlichen oder Gott als unsere erste Priorität. Deshalb üben wir im Leben, unsere Menschlichkeit reifer zu machen, unsere Menschlichkeit zu öffnen, unsere bewusste Wahrnehmung im Leben zu erhöhen, unsere höhere Energie zu steigern und unser Identifikationszentrum zu vertiefen. Ihr erinnert euch, wir haben letztes Mal gesagt: was ist der tiefste Platz, den ich „ich“ nenne? Was ist die tiefste Perspektive in mir, mit der ich heute identifiziert bin?

Das ist eine tiefe Praxis, die es in vielen spirituellen Traditionen gibt als einen der Wege, wie man transpersonale Perspektiven erforschen kann, und so vertiefe ich: „Oh, ich bin Raum.“ Welcher Teil ist sich des Raums bewusst? Oh, da gibt es einen tieferen Teil, der sich der Dimension des Raums, mit der ich identifiziert bin, bewusst ist. Wenn ich es zulasse, dass dieser tiefere Teil immer mehr in mein Bewusstsein tritt, dann sehe ich, dass Raum, innerer Raum, eine Dimension ist, die im Bewusstsein von einem größeren Teil bezeugt wird.

[00:20:00]

Dann haben wir gesagt, so verfeinern wir unsere innere Bindung an unsere Identität – ob es eine sehr persönliche Identität ist, ob es eine subtile Identität ist, ob es eine kausale Identität ist ... pures Bezeugen ist eine Identität, bis pures Bezeugen und Leben als Form nicht-zwei sind. Dann gibt es im Kosmos keinen fixierten Punkt mehr. Jetzt bin ich ein fixierter Blickpunkt, der das Leben betrachtet.

Bindung als Bindung gegenüber Bindung als Widerstand

Wir werden das noch weiter erforschen, aber das ist eine kurze Zusammenfassung, und das will ich mit euch auch in der Meditation machen, dass wir heute zwei Teile in unserer Meditation haben, dass wir ein bisschen mehr mit diesem vertikalen Kanal experimentieren, mit meinem Zentralkanal, der natürlich auch durch meine Wirbelsäule mit meinem zentralen Nervensystem verbunden ist. Und den können wir mit den höheren Zentren in der Gehirnfunktion verbinden, die höhere Kohärenzzustände im Gehirn sind, sodass sie keine getrennten Bereiche im Gehirn mehr sind, sondern wir höhere Ebenen von Kohärenz schaffen. Das erscheint dann als inkludierende Bewusstheit, immer mehr von der Welt ist dann in mir enthalten. Immer mehr von der Welt ist in diesem Moment enthalten.

Das ist nur ein Weg. Das heißt nicht, dass das Gehirn notwendigerweise ein Zentrum dieser Bewusstheit ist, es ist auch eine Funktion oder eine Antenne für die verschiedenen Zustände der Bewusstheit. Wir werden noch mehr mit dem experimentieren, was wir die Lichtmeditation nennen, die wir, wie ihr in den anderen MP Kursen schon gesehen habt, oft als eine der Meditationspraktiken verwenden. Das ist definitiv eine Sache, auf die ich mich in meiner spirituellen Praxis konzentrieren und die ich ausweiten kann.

Und dann möchte ich mir ein bisschen anschauen, wie die Stimmen in mir aussehen, die nicht wollen würden, dass ich jetzt gehe, und was vielleicht die stummen/tauben Stimmen sind, denen es etwas ausmachen würde, also beides. Und nicht vergessen, dass Bindung Bindung ist, aber Bindung ist auch Widerstand, und beides sind Aspekte in meinem Leben, die nach Integration rufen. Das ist sehr wichtig.

Wenn ich schaue, okay, an was hänge ich? Wenn ich heute gehen müsste, warum bekäme ich ein Nein? Dann werde ich sehen, ah, gibt es vielleicht einige Aspekte, an denen ich hänge, die ich nicht gehen lassen will, und ich treffe vielleicht auf die Teile in mir, gegen die ich Widerstand habe – und ich begegne vielleicht einem Teil meiner höheren Stimme oder meiner echten Zukunft, der das Gefühl hat, dass ich meinen Lebenssinn noch nicht erfüllt habe. Da ist noch ein Teil, den ich fühlen kann: Ah, da gibt es noch einen Teil meines Lebens, der gelebt werden will – und das ist großartig, denn auf diese Weise kann man sich mit seiner Lebensaufgabe verbinden, so dass ich sehe, da gibt es noch einen Teil meiner Intelligenz, der sich wirklich im Leben ausdrücken möchte. Das deutet auf den Download hin. Ihr erinnert euch, in einer Session haben wir über die 150 GB Download gesprochen, wenn also dieser Download noch läuft, dann werde ich das Gefühl haben: Oh, ich habe mein Leben nicht gelebt, ich habe meine Intelligenz noch nicht ganz ins Leben eingebracht.

Und ich glaube, da gibt es auch einen Moment, wo ich das Gefühl habe: Jetzt ist es abgeschlossen. Und nicht „*ich habe* es abgeschlossen“. Es ist eher ein Gefühl der Vollendung der höheren Aspekte, wo etwas zur Ruhe kommt. In den Weisheitstraditionen sagen wir natürlich auch, dass wir, wenn wir im richtigen Bewusstseinszustand sind, spüren werden, wenn der Moment kommt, als ob ich ein Flüstern höre, dass es Zeit zu gehen ist. Einige der großen Heiligen wussten genau, wann für sie der Zeitpunkt zu gehen war, sie haben sogar den Moment in Raum-Zeit beschrieben, wann es Zeit zu gehen ist. Dann ist die Energie dieses Lebenszyklus vollendet, es gibt keinen Widerstand, es gibt kein Festhalten, es gibt nur noch den Frieden, der damit einhergeht.

[00:25:00]

Beginn der Meditation

Lasst uns wieder eine Meditation machen, eine innere Reise, und dann machen wir mit der Erforschung weiter.

Lasst uns wieder mit dem Körper beginnen, wie wir es schon viele Male gemacht haben, und sagen, okay, in der Meditation, wenn ich sitze und es meinem Atem erlaube, mich ins Sitzen zu tragen, in die Basis, und ich erlaube es meinem Ausatmen, mich in die Schönheit meines physischen Körpers zu führen, in die Einfachheit des Sitzens, meine Körperhaltung, die Bewegung meines Atems.

Wie wir schon oft gesagt haben, mein Körper ist nicht nur mein Körper. Mein Körper ist kostbare Lebensflüssigkeit. Hunderttausende Jahre von Lebensweisheit setzen sich zusammen aus der Zusammenarbeit der Zellen, sehr verfeinerter Information und Technik, aus sehr spezifischen Funktionen, die rund um ein zentrales organisierendes Prinzip herum angeordnet sind, und dem Luxus, genügend Raum zu haben, dich um deinen Raum zum Kontemplieren dieser Schönheit zu kümmern, der Weisheit von hunderttausenden Jahren von Verfeinerung, und dem lebendigen Eros oder der kreativen Energie, die immer noch mehr über das Leben herausfindet – tiefe kreative Freude, die uns jeden Tag motiviert, sich bewegt, neugierig ist, kreativ, emergent, nach neuen Territorien sucht.

[00:30:00]

In dieses physische Leben eingestöpselt ist ein emotionales Leben, eine emotionale Landschaft. Es gibt verschiedene Geschmacksrichtungen. Und durch unseren Integrationsweg lernen wir sie kennen, wir lernen Angst kennen, wir lernen Freude kennen, wir lernen Liebe kennen, Traurigkeit, Scham, Ärger, wir lernen Taubheit kennen, die Funktion der Dissoziierung, und ich lerne es immer flüssiger, das alles zu beinhalten, zu mir zu nehmen, darin zu schwimmen und diese emotionalen Qualitäten in meinem Körper zu erden. Die Emotionen als die Farben des Lebens, die Verbundenheit zum Leben, Botschafter der menschlichen Beziehungen, Tanz, Verbindung, Verantwortlichkeit, Respekt, Ehrlichkeit.

Und innerhalb dieses physisch-emotionalen Selbsts wächst ein rationales Selbst – Fähigkeit, Kognition, rationales Denken, wissenschaftliche Erforschung, aber auch Poesie, Mustererkennung, Verstehen von Lebensfeldern, Intuition.

Dann: wie Erkenntnisse in meinem kognitiven, emotionalen und physischen Selbst als ständige Überraschung und als kreativer Prozess landen, neue Arten zu denken, fühlen, verkörpern.

Als ob es da einen Antrieb in mir gibt, der von der Erde in den Zentralkanal kommt und nach oben geht und die Früchte der Zukunft pflückt, nach neuen Erkenntnissen greift, neuen Offenbarungen, neuem Verstehen, und dann diese Früchte isst und sie verkörpert und sie lebt, mit ihnen geht.

Da gibt es eine Bewegung nach oben und eine Verkörperung der Erkenntnisse, des Lichts, ein ständiger Strom nach oben und nach unten, evolutionär und involutionär, Verfeinerung und die Verkörperung von Verfeinerung, Initiation – Manifestation. Zuerst rede ich und dann handle ich nach meinem Reden.

Dann ist da kontemplativer Raum, die Fähigkeit, mit all diesen vorher genannten Prozessen als tieferes Bezeugen präsent zu sein, da ist ein Gefühl von reinem Sein, Stille.

Und dass diese raumhafte Dimension schon ein anderes Zeitgefühl hat, sie ist zeitloser, es ist der Ort, wo ich einfach nur sein kann, als reines Sein, als Lauschen. Mein Leben hat eine Tiefendimension. Dieser Moment hat eine Tiefe, es gibt eine Ausdehnung, Bezeugen. Als ob ich ein viel tieferes Feld erkenne, ein ausgedehntes Feld, das über mein eigenes Erleben hinausgeht, über die Erfahrung meines Selbsts hinausgeht, wo ich der Hauptakteur in meinem Leben bin, und es da eine Ausdehnung gibt: Dass dieses Erleben nur eine Möglichkeit ist, das Leben zu erfahren, und der Raum mir Zugang dazu gibt, dass es da auch andere Möglichkeiten gibt.

[00:40:00]

Dann kann ich das aus der raumhafteren Perspektive heraus sehen. Ich kann immer mehr sehen, dass mein Leben auch eine Komposition aus Tendenzen des Lebens ist, die aus der Vergangenheit kommen, und dann auch aus dem Flüstern, der subtilen Ankunft der Zukunft, wie ein Zusammenspiel der Zukunft, die ruft, und der Vergangenheit, die sich wiederholt - und dass mein Leben eine Komposition aus diesen Kräften ist. Aus einer raumhaften Perspektive kann ich mehr Muster und wiederkehrende Ströme sehen - in meinem Leben und im Leben allgemein.

Und wenn du willst, kannst du dann wieder deine Aufmerksamkeit auf die höchste Stelle deines Kopfes richten und deine innere Vision, deine innere Raumhaftigkeit sich diese Stelle zunächst anschauen lassen, dieser Stelle lauschen, als ob der höchste Punkt deines Kopfes ein Fokus wird, immer noch in dieser Raumhaftigkeit, und dann öffne sanft den Raum über deinem Kopf, lass ihn weicher werden, und erhöhe langsam deine Bewusstheit. Schau weiter nach oben, lausche weiter nach oben in den Raum über deinem Kopf, spüre höher hinaus. Und bewege dich sanft weiter nach oben, bis du vielleicht, wenn du immer höher gehst, ein Gefühl von einer Lichtwahrnehmung hast. Für manche Menschen ist das auch ein innerer hoher Ton oder eine Ausdehnung, die eine energetische Schwingung oder Intensität hat, oder eine Energie, die nach unten fließt.

[00:45:00]

Und wenn du dich mit Licht verbindest, weißem Licht oder bläulichem Licht oder goldenem Licht, dann halte deine Aufmerksamkeit dort und spüre diese Lichterfahrung, und indem du sie fühlst, stabilisierst du dein Bewusstsein dort.

Und wenn Gedanken kommen, lass sie einfach durchziehen. Erforsche einfach weiter. Selbst, wenn du keine Lichtempfindung hast oder Licht siehst, erforsche weiter die vertikale Ausdehnung über deinem Kopf, spüre in diesen Raum hinein oder öffne dich und erlaube der Energie, nach unten zu kommen. Lausche.

Und erforsche das weiter, und wenn du anfängst, an andere Dinge zu denken, dann lass sie einfach gehen und halte deine Konzentration auf sanfte Weise bei der Erforschung der vertikalen Ausdehnung über deinem Kopf. Und dann lass zu oder wenn du kannst, öffne den Raum über deinem Kopf wie einen Trichter und lass die Energie sanft von deinem höheren Bewusstsein, dem subtilen Teil des höheren Bewusstseins, durch dein Nervensystem in deinen Körper fließen.

[00:50:00]

Und in diesem gemeinsamen Feld kannst du, wenn du willst, auch die Zeit nutzen, um eine innere Intention zu setzen oder eine Art Gebet zu sprechen, in deinen eigenen Worten, um mehr Klarheit in dein Leben einzuladen, Erkenntnisse, Verstehen, Erwachen, Transformation. Finde deine eigenen Worte dafür, und dann lass diese Worte entweder ins Zentrum deines Herzens sinken oder bringe sie hoch hinaus über deinen Kopf, ins Licht, oder lasse sie über deinem Kopf verschwinden. Und dann wiederhole das zwei Mal.

Und wenn du damit fertig bist, in deinem eigenen Tempo, wenn du das gemacht hast, dann komm langsam wieder hinunter in deinen Körper, und dann sitze einige Momente in dieser inneren empfänglichen Raumhaftigkeit oder dem Lauschen.

[00:55:00]

Und dann lass uns wieder langsam ein paar Atemzüge machen, und atme tiefer durch deinen Körper aus, bring dich wieder zurück in den Raum, in dem du sitzt, und dann komme zurück.

Ende der Meditation

Zuerst mal, in der Meditation sehen wir, okay, da ist Raum, und wir haben viel über Raum gesprochen, und wir haben auch viel darüber gesprochen, dass wir die Gärtner dieses Raums sein müssen, was bedeutet, einen Lebensstil zu finden, in den wir genügend Raum einbringen, wie in der Bibel, der siebte Tag. Der siebte Tag ist göttlicher Raum, ist der reflektierende Aspekt, ein Raum von Bewusstsein, dass sich des Schöpfungsprozesses bewusst ist.

Da ist jeder selbst dafür verantwortlich, wie wir diesen Lebensstil leben und wie wir unser Leben entsprechend ändern, dass wir sagen können: Okay, ich habe genügend Zeit, um Raumhaftigkeit zu kultivieren. Und Raumhaftigkeit, haben wir letztes Mal gesagt, wenn es ein Praxisweg ist und nicht nur ein plötzliches Erwachen, ist wie ... Lauschen und die Raumdimension zu vertiefen gibt mir letztendlich einen Zugang zum kausalen Raum. Der kausale Raum ist das Bezeugen, die reine Zeugenkapazität für die ganze Welt der Energie.

Letztendlich wollen wir, wie wir letztes Mal gesagt haben, in unserem Leben unseren Schwerpunkt in diese Zeugenkapazität verschieben, sodass diese Zeugenkapazität immer konstanter mit mir durch meinen Tag geht, und ich eine Zeugenfähigkeit habe, ein Zeuge werde von Raum und dem Reich der Energie und natürlich meiner physischen Funktionen.

Aber wir haben in der Meditation auch gesehen, dass es immer eine höhere Erkenntnis gibt; wann immer ich einen innovativen Gedanken habe, kommt höhere Energie herein – eine Überraschung, ein plötzlicher Gedanke, eine Erkenntnis – und dann lerne ich immer mehr, diese Erkenntnis umzusetzen. Denn einige haben gesagt: „Ja, ich weiß eine Menge darüber, wie ich mein Leben leben sollte, aber dann stelle ich fest, dass ich es nicht tue.“ Und das ist natürlich das, was ich gesagt habe: Zuerst reden wir, und dann handeln wir nach unserer Rede – das heißt, wir lernen vielleicht eine Menge, wir lesen vielleicht viele Bücher, wir hören uns eine Menge Vorträge an, und intellektuell gesehen ergibt das auch alles, zumindest manchmal, einen Sinn. Und dann denken wir, wir wissen es, aber wir wissen auch alle, dass es was anderes ist, die Gewohnheiten im Leben zu transformieren, also die tief verwurzelten Gewohnheiten und Muster zu transformieren und dann einen lichtvollen oder weisen Lebensweg zu verkörpern. Ich kann eine Menge wissen, aber dann stelle ich fest, dass ich nicht danach lebe. Wenn ich mir mein Leben anschau, spiegelt es nicht das wieder, was ich weiß.

Da fangen die meisten Leute an, und dann ist der Weg Demut – die Demut, einen Weg zu gehen, und die Demut, ein immer kontemplativeres Leben zu leben, ein Leben des Lauschens, und wenn wir uns dann zum Beispiel hier in diesem Kurs wiederfinden, die verschiedenen Teile des Lebens zu erforschen – und für viele von uns ist das schon seit Jahrzehnten ein ständiges Polieren und tieferes Ruhen, Polieren und tieferes Ruhen.

[01:00:00]

Wie gesagt, es gibt einen aufsteigenden Teil von mir, der in die Zukunft reicht, und es gibt einen herabkommenden Teil der Zukunft, der dieses Leben wirklich in der Substanz manifestiert. Darum geht es bei der Inkarnation. Inkarnation ist, dass das höhere Licht einen Weg ins Leben findet – denn ohne Inkarnation gibt es eine Menge Energie. Alles Licht der Welt ist sowieso schon da. Es gibt Licht, aber dieses Licht und diese Weisheit zeigen sich nicht ganz in unserer Welt, wenn sie nicht verkörpert sind. Dann sehen wir viele Systeme, die nicht mehr in Ausrichtung sind, weil diese innere Art des Lebens nicht in unseren Zellen geerdet ist. Sie ist nicht in unseren Emotionen geerdet. Sie ist nicht in unserer Ethik geerdet.

Das ist unser Weg, und wir haben gesehen, dass bis jetzt bei vielen Aspekten, die wir erforschen, wenn wir den Tod betrachten, der Tod der Spiegel unseres Lebens wird. Und wenn ich diese Erforschung des Todes zurück in mein Leben bringe, dann ist das ein Schub für meine spirituelle Lebensweise. In meinem Leben kläre ich dann immer mehr Dinge, die ich finde, die ich entweder verleugne oder die mir Angst machen, wenn ich dem Tod ins Gesicht sehe, und dann erde ich mich immer mehr im Licht, was immer zwei Dinge sind wie eine Art Spiegelbild.

Wenn heute mein letzter Tag wäre: Meine Bindungen betrachten

Ich hätte heute gerne, dass wir zusammen sitzen und kontemplieren und das dann auch als Hausaufgabe machen. Wenn ich herausfinden würde, dass heute mein letzter Tag ist, welche Stimmen würden dann in mir aufsteigen? Ohne zu versuchen, zu losgelöst zu sein und zu sagen: ja, ich weiß, in einem spirituellen Leben sollte ich nicht zu sehr an Dingen hängen – aber das hilft gewöhnlich nicht. Also zu schauen, welche Teile melden sich da in mir, die nicht gehen möchten, und auf diese Stimmen zu achten. Welcher Prozess läuft da ganz natürlich in mir ab, ohne dass ich ihn manipulierte, der verschiedene Stimmen zeigt? Warum würde ich hierbleiben wollen, im Leben? Warum würde ich mein Leben weiterleben wollen?

Mit welchen Teilen bin ich tief verbunden? Welche Teile sind mir zutiefst wichtig? Welche Teile würde ich nicht gehen lassen wollen? Welche Ängste kommen auf? Welche Aspekte kommen vielleicht auf, die mir zeigen, dass ich mich nicht erfüllt fühle, das ich nicht das Gefühl habe, ich hätte in diesem Leben meine Aufgabe erledigt? Vielleicht findest du auch heraus, dass du eine gewisse Bereitschaft zu gehen empfindest. Nicht auf die Art „es spielt keine Rolle für mich“ – es spielt eine Rolle und es fühlt sich offen an, und es fühlt sich an, als ob mein Leben vollendet ist. Und dann nimmst du dir ein paar Momente Zeit, lasst uns das zusammen erforschen, solange wir hier zusammen online sind, denn das Feld ist immer... Ein Feld von Menschen, die sich auf ein gewisses Thema einstimmen, ist immer ein großer Motor, eine große Unterstützung, Präsentsein, besonders jetzt, nach der Meditation, haben wir zusammen mehr Präsenz geschaffen, wir sind in tieferen Ebenen von uns selbst.

[01:05:00]

Wenn wir alles mit einschließen: meine ganze Menschlichkeit, meine spirituelle Evolution, den bezeugenden Teil in mir, den zeitlosen Teil; und, wie wir am Anfang gesagt haben: welche Teile von mir ruhen noch in früheren Teilen, welche Bindungen spüren wir da noch.

Wenn wir über Bindungen sprechen, sprechen wir über fixierte Teile in der Vergangenheit, jüngere Teile, aber diese Teile können sich nicht verändern. Sie sind Gefangene der Raum-Zeit, diese Teile von uns. Und dann gibt es da Aspekte, die ich nicht will, gegen die ich Widerstand habe, von denen ich nicht will, dass sie in mein Leben treten, und die sind auch Gefangene der Raum-Zeit.

Dann gibt es da den reiferen Teil in mir, der sich ändern kann, der der Evolution unterliegt, der im Leben Transformation erfährt. Und dann gibt es da einen Teil in mir, der eine Bestimmung hat, der eine Mission im Leben hat, der etwas zum Leben beitragen will oder der etwas im Leben transformieren, integrieren will.

Dann gibt es da eine Schicht von Familienverbundenheit, in der Ehe, mit den Eltern. Wir sind durch die Raum-Zeit miteinander verbunden, durch die Nähe des Familienlebens. Das ist nicht nur emotionale Bindung, es gibt auch eine echte Verbindung durch die Raum-Zeit einfach dadurch, dass man ein Teil der Familie ist, und auch durch die genetische Abstammung. Wie ich mit meinen Kindern verbunden bin, wie ich mit meinen Eltern verbunden bin, mit meiner Abstammung, mit meinen Geschwistern, wo ich genetisch verbunden bin mit Partnern, die Kinder haben – das auch als etwas zu ehren, dass ein Teil der Lebenslinie ist.

Das kann respektiert werden, es kann bezeugt werden, es kann auch transzendierte werden, aber es kann nicht ausgelöscht werden, es ist ein Teil des Baumes. Dieser Baum bringt Blätter hervor, Zweige, und noch mehr Blätter. Und das Leben ... Wir haben über den Barcode-Scanner gesprochen – Situationen, Interaktionen mit Menschen, Lebensumstände – dass wir in dem Moment, wo wir sie integrieren, wir uns ihnen stellen, selbst wenn sie herausfordernd sind, dass wir einen Weg finden, mit ihnen umzugehen, und dann plötzlich gibt es ein Wachstumsmoment hin zur Veränderung und dieser Teil ist nicht mehr schwierig, dieser Teil ist in unseren Lebensfluss integriert, und so weitet sich die Lebensperspektive aus, wächst, und das nennen wir Weisheit. Immer mehr des Lebens ist enthalten. Das heißt auch, die Weisheit, die in dieser Lebenszeit wächst, beinhaltet, dass ich immer mehr die Schönheit sehe. „In der Schönheit der Welt sehe ich dein Gesicht.“ Je mehr der Welt in mir integriert ist, desto weniger externalisiere ich das, was mir nicht gefällt, sondern ich stelle mich wirklich dem, was mir nicht gefällt, und deshalb habe ich eine Beziehung dazu.

[01:10:00]

Wenn heute mein letzter Tag wäre: In Beziehung bleiben mit meinen Abneigungen

In dem Prozess, meine Bindungen zu betrachten, betrachte ich auch meine Abneigungen, das heißt ich betrachte all die Aspekte, die ich als „außen“ sehe – als „dunkel“, als „nicht gut“, als „mag ich nicht“ – und wie ich immer mehr eine Beziehung zu gewissen Dingen aufbaue, zu immer mehr Aspekten des Lebens.

So lasse ich Bewegung oder Veränderung zu. Wenn es Raum gibt, heißt das nicht, dass ich alles gut finden muss, sondern dass ich in Beziehung bin. Ich spüre immer mehr, dass ich in Beziehung bin und die Energie sich bewegen kann. Ich muss es nicht von mir fernhalten, um es zum „anderen“ zu machen – ich finde eine Beziehung.

So wird die Seele weise. So hat die Seele immer mehr... Das ist wie eine Festplatte, auf der immer mehr Informationen gespeichert werden; immer mehr Leben wird Teil des Lebens. Deshalb können wir ihm begegnen. So wächst Mitgefühl, so wächst Liebe, so wächst Klarheit – und damit wächst die Verkörperung von Licht, denn wenn ich mich wegkontrahiere, kontrahiere ich mich vom Licht weg und kontrahiere mich von etwas Externem im Leben weg, und an das bleibe ich dann gebunden.

Weisheit bedeutet, dass immer mehr beinhaltet ist. Ich habe eine Beziehung. Die kann auch aus einem Nein bestehen. Ein Nein und ein Ja sind eine Beziehung. Aber das ist ein anderes Ja oder Nein als dieses Nein [*hebt die Hände und lehnt sich mit ängstlichem Gesichtsausdruck weg*]. Es ist ein Nein in Beziehung. Ich bin in Beziehung, und ich sage nein zu etwas.

Das ist wichtig, denn das kann sich dann ändern. So wird das Leben zu einem Fluss. So bekommt das Leben seinen Flow. Da haben wir das Gefühl, das Leben ist gereift. Das Leben hat eine Tiefe. Wenn wir sagen „jemand ist eine alte Seele“, dann sagen wir – wenn es wirklich stimmt und es nicht nur etwas ist, was wir da sehen wollen – dass eine Menge Energie bereits im Leben beinhaltet ist, dass eine Menge Energie hindurchströmt.

Das ist auch wichtig, ich sage das, weil das natürlich auch wichtig ist für die Art, wie wir unser Leben leben und wie wir gewissermaßen unsere Seelenkapazität wachsen lassen, denn einerseits laden wir in unserer Lebenszeit das Licht unserer Seele herunter und bringen Intelligenz ins Leben, was uns hilft, Energie zu transformieren. Und Licht in unser Leben zu bringen heißt nicht, dass jeder auftritt, wie Gandhi es tat oder andere Menschen, die Geschichte geschrieben haben, es bedeutet nur, dass wir unsere Lebensreise ganz annehmen, weil die Tatsache, dass wir lebendig sind, bedeutet, dass es einen Vertrag mit Gott gibt. Das Geburtsrecht ist ein Vertrag mit dem Göttlichen, und es ist heilig.

[01:15:00]

Die Wichtigkeit von Erfahren und Raum

Deshalb gibt es diesen vertikalen Kreislauf, wie wir gesagt haben – ich mache mal eine Zeichnung, die ich mit euch teilen kann. Letztes Mal haben wir gesagt, dass wir hier den Zentralkanal haben [*zeichnet zwei parallele vertikale Linien*] und hier haben wir den Raum über unseren Kopf [*zeichnet schräge Linien darüber*]. Und wir haben gesagt, wenn wir die Lichtmeditation machen, dann begegnen wir... Das habt ihr auch im Material der anderen MP Klassen gesehen... Wir gehen vom dritten Auge aus nach oben. Und dort treffen wir auf weißes Licht [*schreibt WL*], auf goldenes Licht [*schreibt GL*], und wenn wir über unsere Seele hinausgehen, gibt es hier ein Gefühl von Raum, von Raumhaftigkeit [*markiert den Bereich über GL*].

Hier gibt es diese Ausstiegstore [*zeichnet Wellenlinien auf verschiedener Höhe beidseitig vom Zentralkanal*] ... In einem bewussteren Leben haben wir gewöhnlich... Beim Sterbeprozess ist es wie beim Träumen. Wir hängen an einem gewissen Traum. Wir hängen an einem gewissen Traum, und dieser Traum ist Teil unserer Lebenserfahrung. Wie wir letztes Mal schon gesagt haben, nutzen wir den Schwingungszustand, in dem unsere Erfahrung stattfindet, und der wird dann das Ausstiegstor. Aber das ist die Energie, mit der das Leben identifiziert bleibt, und durch die spirituelle Praxis praktizieren wir mehr Licht.

Wir gehen hier nach oben [*zeigt auf den obersten Punkt der Zeichnung*] und wir praktizieren mehr Präsenz, die das weiße Blatt Papier ist. Wenn du dir die Zeichnung anschaust, siehst du subtile Energie. Du siehst eine Zeichnung von Energie, von Erfahrung – das ist die Anatomie unseres Erlebens. Unser Erleben hat viele verschiedene Energien, wie ein Teppich mit einem Muster, und wird auf das Papier gezeichnet – aber das Papier ist der Raum. Wie in der Bibel, da gibt es Buchstaben, aber zwischen den Buchstaben... Was die Buchstaben zu Buchstaben macht, ist der Raum.

Jeder Buchstabe ist Energie, und der Raum bildet diese Energie. Das T ist auf den weißen Hintergrund geschrieben. In der Stille-Meditation lassen wir den Hintergrund sanft hindurchscheinen. Denn wir sind von klein auf darauf getrimmt, nur die Formen zu sehen, die Formen zu sehen, die Formen zu sehen. Wir sehen ständig: das ist eine Tasse, und das ist ein Glas, und das ist das, und das ist das, und das ist das. Unsere Bewusstheit ist komplett an Formen gebunden. Und das ist großartig, dass wir uns in der Welt, in der wir leben, erden können, dass wir die Basis schaffen – aber wenn wir dabei den Raum verlieren, werden wir zu Gefangenen dieser Realität.

Ich glaube, fürs bewusste Sterben brauchen wir beides. Wir werden ein immer tieferes *Sein* haben, weil es keinen Weg zum Papier gibt. Es gibt keinen Weg zum Papier. Es ist nicht so, dass das hier [*zeigt auf einen Punkt auf einem höheren Ausstiegstor*] näher am Papier ist als das hier [*zeigt auf eine Stelle auf einem niedrigeren Ausstiegstor*]. Sie haben beide dieselbe Entfernung zum Papier, es gibt keinen Weg von meiner verhafteten Perspektive – wenn ich an meine Gedanken gebunden bin, wenn ich an meine Emotionen gebunden bin, und ich nur das bin. Dann ist es nicht so, dass meine Emotionen in mir sind und meine Gedanken in mir sind. Aber wenn ich weiß, dass ich Raum bin, dann erscheinen Gedanken, und mein Verstand arbeitet und meine Emotionen arbeiten. Sie sind offen. Sie sind lebendig. Es gibt eine offene, warmherzige Verbundenheit mit dem Leben. Ich fühle meinen Körper. Ich bin in meinem Körper geerdet. Mein Körper ist warm. Ich sitze in der Basis meines Körpers. Ich kann entspannen. Ich kann mein Nervensystem sich tief in meinen Körper hineinentspannen lassen, und mein Körper kann sich regenerieren. Das sind alles wunderbare Funktionen, die alle auf dem Raum geschrieben sind oder in dem Raum.

[01:20:00]

In der Stille-Meditation geht es darum, immer mehr zu sehen, wie der Fokus meines Bewusstseins sich ständig auf Formen, Gedanken, Ideen, Visionen, Erinnerungen, Gefühle richtet, und ich einfach sanft lausche und lausche, weil Lauschen Raum ist.

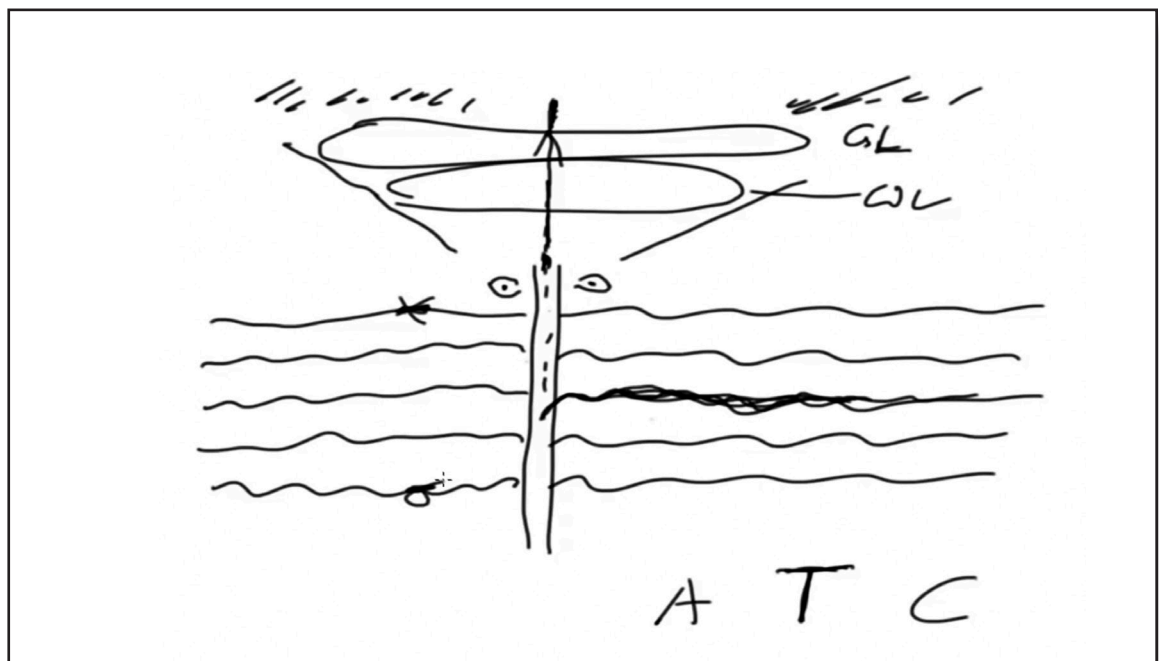
Wenn ich lausche, lausche ich am Anfang natürlich auf Geräusche, aber später ist Lauschen Bezeugen, und Bezeugen ist viel größer als auf Geräusche zu lauschen. Dann wird mir immer klarer: Ah, dieser Moment setzt sich zusammen aus Erleben und Raum, Erleben und Raum.

Je mehr ich dem Raum lauschen kann, desto tiefer wird der Raum als Tiefendimension. Durch die Tiefe bin ich viel mehr hier. Dann gehe ich draußen herum, ich gehe auf der Straße oder ich gehe durch den Wald, und ich spreche mit Menschen – und es gibt Raum. Dann gibt es immer Raum. Je mehr der Raum sich vertieft ... Ich vergesse das Papier nicht mehr, wenn ich mir die Zeichnung anschau. Ich vergesse das Papier nicht mehr, wenn ich mir die Zeichnung anschau. Ich vergesse die Tiefe nicht mehr, wenn ich eine Erfahrung habe. Das ist sehr wichtig.

Und der Tod ist auch eine Erfahrung. Es ist eine drastische Veränderung der Zeit, denn der Thomas, der eine lineare Bewegung in der Raum-Zeit ist – ich komme von meiner Geburt, und ich lebe mein Leben, und schließlich gibt es eines Tages den Tod, das sieht ja wie eine Linie aus. Im Bewusstsein sieht das wie eine Linie aus, aber bereits in der spirituellen Praxis, wenn ich dem Raum begegne, muss ich mein Bild von Zeit verändern. Im Raum bin ich zeitloser. Thomas ist also nicht mehr nur eine lineare Bewegung in der Zeit, von den Siebzigern zu was auch immer, 2000 irgendwas, sondern ich lebe bereits in zwei Dimensionen der Zeit.

Beim Sterbeprozess dezentralisieren wir, wir lassen diese Erfahrung, die wir Thomas nennen, die wir Peter nennen, die wir Susanne nennen, die wir Jennifer nennen, gehen, und wir verändern das Erleben von Raum-Zeit, denn mein jetziges Erleben findet in einer linearen Raum-Zeit statt. Es sieht so aus, als ob ich älter werde, und so entwickelt sich mein Leben. Aber in der kontemplativen Praxis verlassen wir bereits langsam diese nur lineare Dimension, und dann koexistiere ich in multiplen Dimensionen.

Das ist eine Sache, die ich durch mein Leben ständig verfeinere. Durch mein Leben verfeinere ich die Dimension der Tiefe oder Stille, und darin verankere ich das Bewusstsein bzw. das Bewusstsein wird immer weiter und weiter und es findet ein ständiges Vertiefen statt.



Zeichnung 1a

Unser Bewusstsein erweitern, um feinstoffliche und kausale Dimensionen beinhalten zu können

Der andere Aspekt ist – ich erweitere das hier mal ein bisschen, wenn die Augen jetzt hier sind [*zeichnet Augen und ein Zentralkanal am unteren Rand des Bildschirms*], und wir haben gesagt, hier ist das weiße Licht, das goldene Licht, aber dann gehen wir noch höher hinauf, bis ich zu einer Schicht kommen, die ich das brillante weiße Licht oder das elektrische weiße Licht nenne.

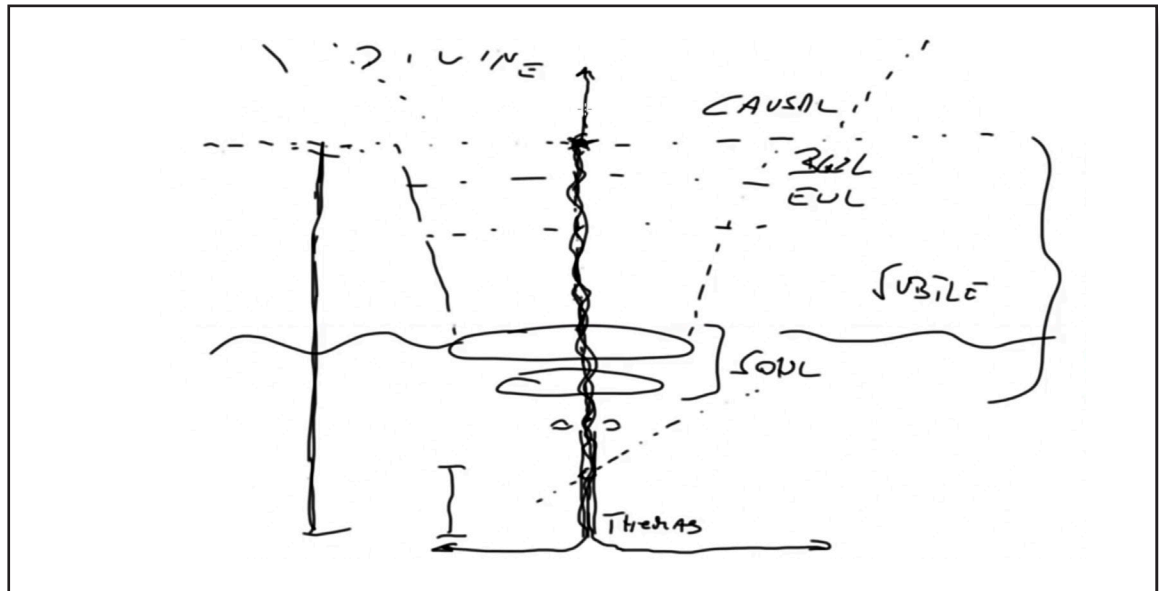
[01:25:00]

Das hier ist die Dimension unserer Seele, und in einer der vorigen MP Klassen haben wir gesagt, die Seele ist wie ein Bahnhof, wo man umsteigt. Davon, im Leben hier zu sein – das ist eine Möglichkeit im Leben. Das nennt sich Thomas [*schreibt Thomas neben den Zentralkanal*]. Dann gehen wir nach oben, und dann sind wir bereits in einer sehr viel verbundeneren Dimension der Seele, und dann gehen wir noch höher.

Und hier sind wir dann im Kausalen [*schreibt „kausal“ an den oberen Bildschirmrand*]. All das hier ist feinstofflich [*schreibt „subtil“ in den Raum zwischen die Seele und die kausale Dimension*] und darüber ist das göttliche [*schreibt „göttlich“ über „kausal“*]. Ich kann entweder ins Herz gehen und die Dimension des Herzens ins Papier vertiefen, und dann komme ich letztendlich in die kausale Dimension, oder ich lerne, mich hier zu verbinden [*auf Höhe der Seelendimension*] und verbinde mich dann, um meine Seele zu transzendieren und mehr dieser höheren... das ist also mein Bewusstsein [*zeichnet gestrichelte Linien zwischen der Seele und der kausalen Dimension*].

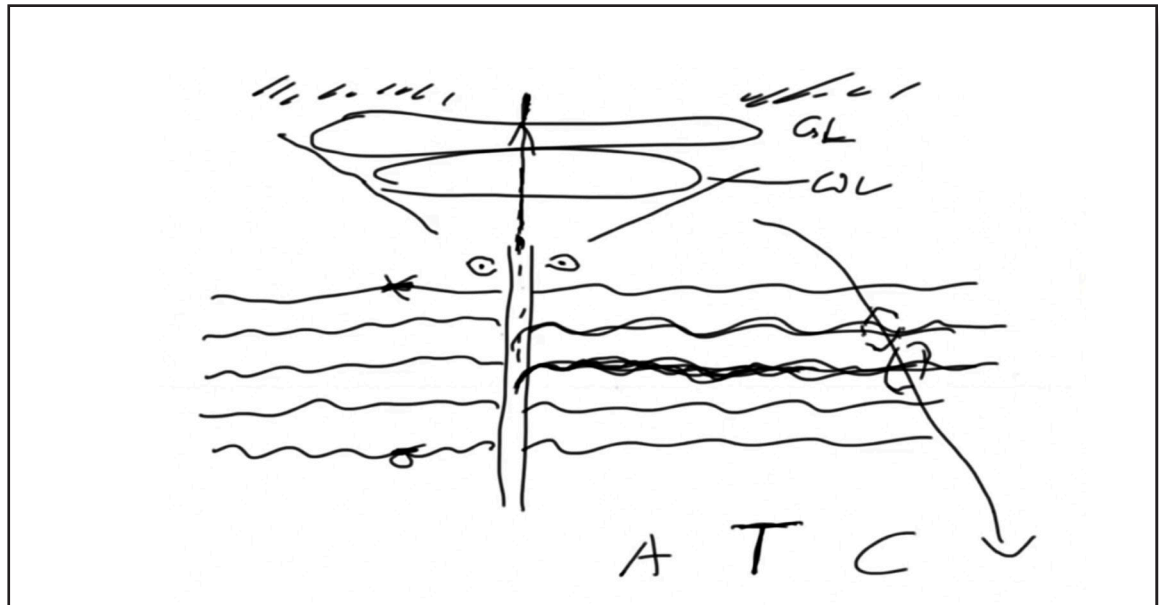
Entweder ist mein Bewusstsein das hier [*zeichnet eine senkrechte Linie, die nur den physischen Körper umfasst*] oder mein Bewusstsein kann das sein [*zeichnet eine längere Linie, die auch die feinstoffliche und kausale Dimension umfasst*]. Es ist nicht nur mein Bewusstsein. Bewusstsein kann das hier sein. Da oben gibt es sehr viel mehr Welt, wenn ich dieses Instrument habe [*zeigt auf die längere Linie*]. Für die Heilkünste nutzen wir die verschiedenen Energiedimensionen, die hierher führen [*zur kausalen Dimension*]. All die Energie hier oben [*elektrisches weißes Licht*] kann hier nach unten gechannelt werden, ins Nervensystem und in die Welt.

Für Menschen, die tiefe Heilarbeit machen, geht diese Energie in die Welt, sogar höher, wenn... Was ich damit sagen will: dieser zentrale Kern, wenn ich diese Ausrichtung in meinem Leben praktiziere, dann ist das gewissermaßen die Dimension, durch die das Bewusstsein im Sterbeprozess wieder mit der Quelle verschmilzt. Das Bewusstsein verschmilzt dann wieder mit allem.



Zeichnung 2a

Wenn, wie hier [öffnet Zeichnung 1], das Bewusstsein mit dieser Dimension verhaftet bleibt, und das ist, wo das Leben... Das ist dann die Dimension, die das Leben in der nächsten Inkarnation annimmt, weil das Bewusstsein nicht über die Bindung zu dieser Dimension hinausgewachsen ist.

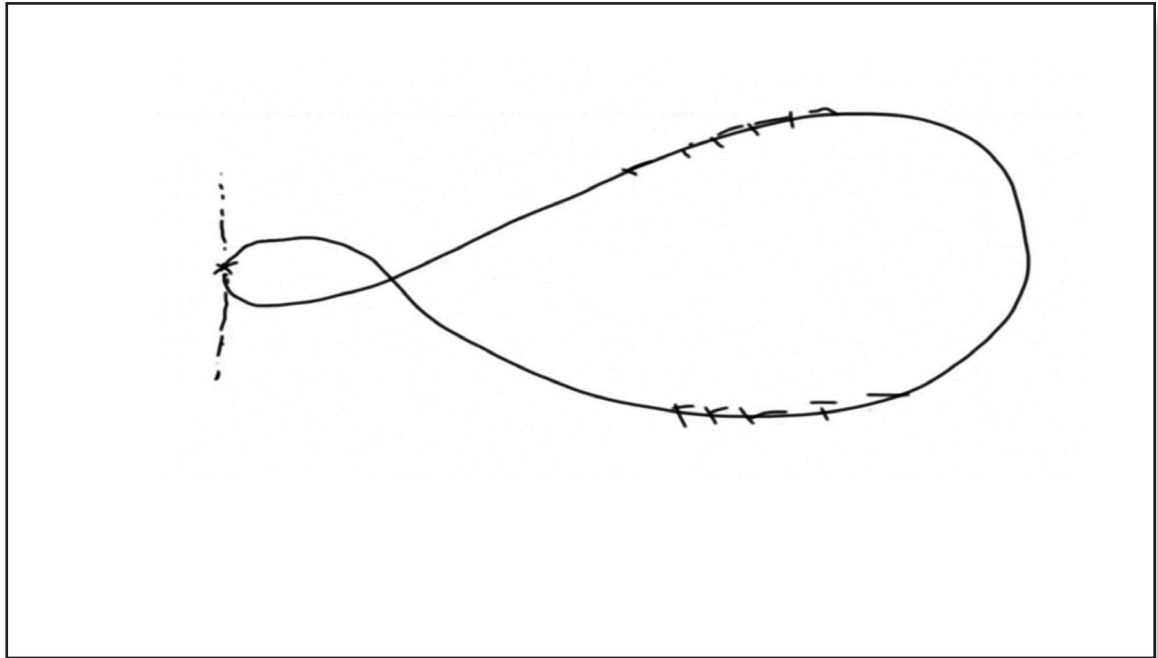


Zeichnung 1b

Wir-Transzendenz und bewusste Wiedergeburt im kollektiven Feld Das schauen wir uns nächstes Mal an... Das klingt vielleicht in der Theorie ziemlich einfach, selbst wenn es ein bisschen kompliziert ist, ist es trotzdem einfacher, aber wir werden sehen, wie wir das auch in den anderen MP Kursen schon erforscht haben, dass das Individuelle immer das Individuellste und das Universellste ist.

[01:30:00]

Und da kommt auch die Gemeinschaft ins Spiel. Ein Teil des Universellen ist die Gemeinschaft. Ich möchte nächstes Mal erforschen, was das bedeutet.



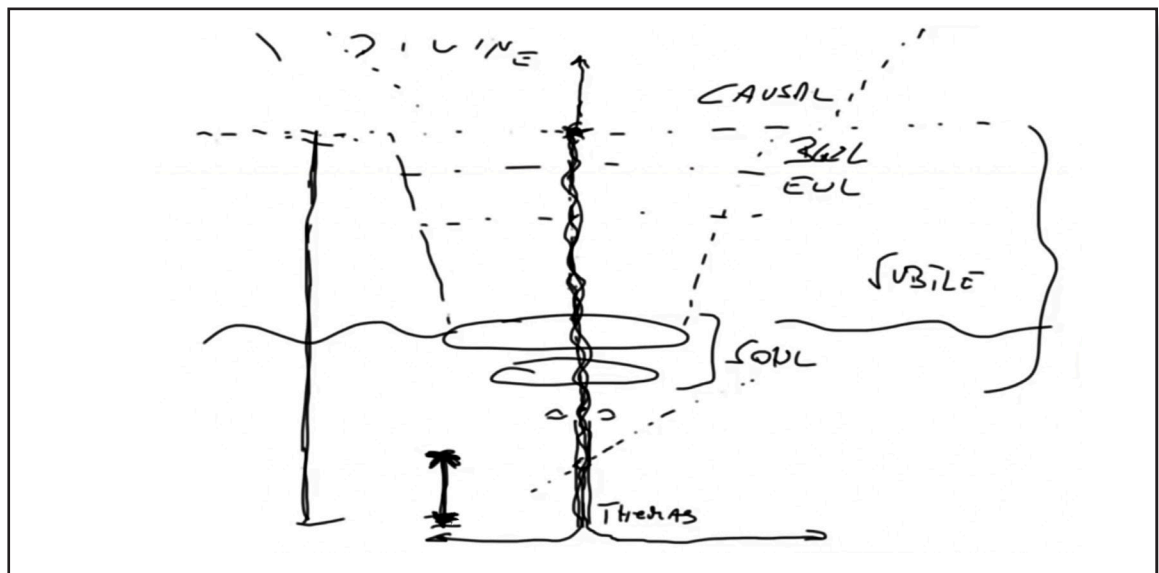
Zeichnung 3

... nicht diese Zeichnung, diese [*öffnet Zeichnung 2a*], was das für eine Gemeinschaft oder eine Kultur bedeutet, so dass wir entweder über eine Erfahrung sprechen, die hier ist, im normalen menschlichen Bewusstsein, oder eine Erfahrung, die transzendiert, einschließt und transzendiert, einschließt und dann transzendiert und erwacht. Und wenn das in einem kulturellen Feld immer mehr geschieht, dass die Kultur ... und das sehen wir, wenn wir zum Beispiel über die tibetanische Kultur sprechen, da gibt es – denn das wurde ja auch im Westen populär – das „Buch des Lebens und Sterbens“ und die bewusste Wiedergeburt.

Wenn es eine höhere spirituelle Gemeinschaft gibt, die gemeinsam aus einer sehr starken Praxis heraus gewisse Bindungen transzendiert und diese Gemeinschaft ein höheres Zustandsbewusstsein halten kann, dann ist dieses höhere Zustandsbewusstsein bereits eine kollektive Wir-Transzendenz, und diese Wir-Transzendenz erlaubt eine bewusster Wiedergeburt-Möglichkeit. Denn das Leben ist erwacht, also wirken gewisse Aspekte einer bewussten Wiedergeburt, die in einem anderen kulturellen Kontext seltsam wirken mögen, in einem spirituellen Kontext, wo das Feld sehr viel erwachter ist, überhaupt nicht seltsam.

Ich möchte nächstes Mal auch – und wir haben immer noch Zeit für Fragen – mir anschauen, was wir machen können – denn ich habe viele Fragen gesehen, und ich werde sie beantworten, es gibt zwei Hauptthemen bei den Fragen. Das eine ist: Wie kann ich Menschen, die im Sterben liegen, aus dem Leben heraus begleiten, was können wir da machen und was können wir nicht machen. Und wie sieht eine bewusste Sterbekultur aus, die wir als Gemeinschaft erschaffen können?

Und ich möchte das aus der Perspektive des Spezifischsten und des Universellsten heraus betrachten. Wie das mystische Prinzip des Spezifischsten immer im Universellsten enthalten ist, und umgekehrt. Wie das auf uns zutrifft, wenn wir eine Kultur des bewussten Sterbens schaffen. Dann werde ich auch darüber sprechen, was passiert, wenn – denn es gibt viele Fragen zum Selbstmord, zu Unfällen; was, wenn das Leben nicht so endet, dass wir das Flüstern hören und plötzlich auf eine weise Art wissen, dass wir das Leben verlassen, sondern was passiert, wenn es eine andere Todesart gibt, und welche Möglichkeiten gibt es da?



Zeichnung 2b

Q&A: Bei einem schmerzhaften Verlust Interpretationen vermeiden

Moderator/in: Es sind zwei Fragen hereingekommen aus einer tiefen persönlichen Verbindung zum Thema, wie ich fühle, von zwei Frauen, deren Namen ich hier nicht nennen werde. In der einen Frage geht es darum, was die mystischen Prinzipien sagen, wenn es um den Tod von kleinen Kindern geht. Und die andere Frage ist zu Abtreibung, was eine Frau tun kann oder was Väter und Mütter tun können, die das durchgemacht haben, um die Energiekreisläufe zu vollenden. Vielleicht kannst du dazu etwas sagen.

[01:35:00]

Thomas: Ja. Zuerst einmal, um zu bestätigen, was ich vorhin gesagt habe, ich denke, das hier steht sehr in Verbindung mit dem, was ich vorhin gesagt habe, dass wir anerkennen, dass wir durch die Teilnahme an der Schöpfung durch unsere physischen Körper, wo gewissermaßen diese Codes unserer Existenz inhärent verbunden sind ... das bedeutet, wenn du Kinder hast, aber dass wir auch Kinder unserer Eltern sind ... es bedeutet, dass die Schöpfung durch den genetischen Code gelaufen ist, dass die Schöpfung, wenn wir schwanger geworden sind ... das ist die körperlichste Dimension des Schöpfungsprozesses.

Unser kreativer Prozess kann Zeichnen sein, eine Skulptur schaffen, wissenschaftliche Forschung betreiben, philosophisches Schreiben, kann aus vielen Dingen bestehen, ich kann viele Erkenntnisse haben oder eine Firma gründen oder eine kreative soziale Bewegung, aber wenn wir Kinder haben, dann findet die Schöpfung, der göttliche Schöpfungsprozess, durch unseren Körper statt. Er aktiviert den Code, den genetischen Code unserer tiefsten physischen Aspekte, der eine Verbindung schafft zur Energie in der physischen Dimension und einen Motor anschaltet oder die Dimension des Willens weitergibt – denn der Wille ... im Moment der Empfängnis gibt es eine Dimension des Willens, das Leben will etwas. Das Leben will lebendig bleiben.

Deshalb denke ich, dass es zunächst einmal durch Leben und Tod eine Verbindung gibt, und dass diese Verbindung eine transzendente Verbindung ist. Das müssen wir zuerst einmal respektieren. Ich denke, dass es da eine Dimension gibt, die sich von anderen Verbindungen in unserem Leben unterscheidet, und das müssen wir respektieren.

Dann gibt es natürlich noch einen sehr wichtigen Aspekt, dass wir alles geben werden, um Leben zu retten, aber wenn, aus bestimmten Gründen Kinder zum Beispiel nicht überleben und wir alles getan haben, was wir konnten, dass es da eine Dimension gibt, die nicht in unseren Händen liegt. Wir müssen vorsichtig damit sein ... Manchmal gibt es wilde spirituelle Annahmen, warum Dinge passiert sind und warum sie nicht passiert sind. Ich glaube, dass manchmal viele dieser Annahmen, zumindest die, die ich höre, Arten sind, etwas zu interpretieren, was eine sehr schwere Erfahrung ist, und deshalb suchen wir manchmal in der spirituellen Dimension nach Gründen, aber diese Gründe stammen dann oft nicht daraus, dass jemand hoch eingestimmt ist auf die Energie des Prozesses, sondern daher, dass unser Verstand versucht, in einer unkontrollierbaren Situation mentale Sicherheit zu finden.

Ich denke, diese beiden Dinge müssen wir unterscheiden, dass ich weiß, wann ich Vermutungen anstelle oder versuche, eine Interpretation zu finden, die die Situation so für mich erklärt, dass sich die Intensität des Gefühls oder die Unsicherheit reduziert. Denn einige Situationen werfen mich in die Dimension des Nicht-Wissens oder in Unsicherheit und zeigen mir die Dimension des Lebens, die nicht in meinen Händen liegt. Aber mein Verstand hat die Funktion, alles zu erklären. Warum? Weil das ein Überlebenswerkzeug ist und unser Verstand sehr gut darin ist, Schutzfunktionen aufzubauen. Das ist auch großartig, aber man muss sehen - manchmal funktioniert das nicht und ist nicht das richtige Werkzeug. Manchmal muss man in einer Situation sein und auch dem Nicht-Wissen Raum geben, warum gewisse Dinge passieren, und in dieser Unsicherheit ausharren.

[01:40:00]

Wenn wir eine wissenschaftliche Erklärung für oder gute Kenntnisse von Situationen haben, schön, aber der Unterschied zwischen einer klaren spirituellen Führung und der Interpretation ist der, dass die eine mit der Energie der Situation völlig kongruent ist und die andere abgetrennt ist von der energetischen Verbindung oder der tiefen Beziehung zu der Situation. Wir müssen herausfinden, was von beiden zutrifft, denn sonst wird die spirituelle Dimension ein Feld von allen möglichen wilden Interpretationen, die nicht relevant sind. Sie versuchen nur, ein Pflaster auf die Tatsache zu kleben, dass ich die Situation nicht verarbeiten kann.

Ich sage das hier auch, weil je näher und schmerzhafter Situationen sind, die Spiritualität manchmal zu einem Ausweg wird, eine gewisse Sicherheit zu finden – aber diese Sicherheit können wir da nicht finden. Diese Sicherheit können wir nur in unseren Herzen finden, in der Vertiefung der Beziehung zur gegebenen Situation. Das ist manchmal sehr schwer, weil das in dem Moment genau das Schmerzhafteste ist. Ich denke, das ist eine hohe menschliche ... das ist eine hohe ... Ich sage nicht, dass das leicht ist. Ich sage, wir müssen aufpassen, dass wir nicht alle möglichen Dinge teilen ... Wie in der Szene, in der Reinkarnationstherapie-Szene, da gibt es alle möglichen wilden Annahmen, die manchmal nicht mit Energie verbunden sind, die kommen entweder manchmal mehr aus der Vorstellungskraft oder aus allen möglichen Ideen über Reinkarnation, aber sind nicht eingestimmt auf die höchste Informationsquelle, die uns aber buchstäblich mehr Erkenntnisse geben könnte.

Für mich ist es wichtig, dass wir das unterscheiden können, dass die Spiritualität also nicht zur Umgehung wird, sondern ein Weg ist, unsere Beziehung zu vertiefen. Und ich bin sicher, dass es höchstwahrscheinlich der nützlichste und kraftvollste Transformationsprozess ist, wenn wir in unserem Herzen die Beziehung zu der Situation vertiefen und zu gewissen Zeiten die richtige Unterstützung haben, manchmal auch professionelle Unterstützung, die uns dabei hilft, das, was wir durchmachen, zu verarbeiten und den Prozess dessen, was wir durchmachen, tief in unserer Basis im Leben und in einer Verbindung und einer Beziehung zu erden. Und das ist höchstwahrscheinlich der nützlichste und kraftvollste Transformationsprozess.

Und ich sage das, weil das etwas ist, besonders, wenn es um unsere Kinder geht, das uns im tiefsten Kern unseren Seins trifft und da braucht es sehr viel Sensibilität, sehr viel Raum, sehr viel Zeit, das zu verarbeiten und ... denn das ist oft eine sehr traumatisierende Situation, und ich denke, wir müssen da wirklich das richtige Umfeld schaffen. Heilung und Integration hängen oft auch vom Umfeld ab. Wenn du das richtige Umfeld schaffst, wo wir wirklich zu einem tiefen, geerdeten Basisprozess kommen können, wie ich das nenne. Basisprozess ist ein Prozess, der im Körper geerdet ist – und da ist der Prozess am intensivsten und dort begegnen wir gewöhnlich all den Teilen in uns, die den Prozess vermeiden wollen.

Deshalb sage ich, dass es sehr viel Sensibilität braucht und Zuwendung, und dass man auch der schieren Größe dieser Art von Erfahrung genügend Respekt zollt. Wenn jemand stirbt, der uns nahesteht, besonders, wenn wir Eltern sind, dann ist das ein Prozess, der sehr viel besondere Hinwendung und Feingefühl braucht, Respekt und Zeit, Raum, viele Dinge, Beziehung, Unterstützung, damit wir diese Prozesse erden können.

[01:45:00]

Dasselbe gilt für den Prozess nach Abtreibungen, es ist sehr wichtig zu wissen, dass Abtreibungen oft unvollendete Lebensprozesse hinterlassen, offene Lebenskreisläufe. Die brauchen auch sehr viel Hinwendung, um diese Prozesse zu integrieren, denn die moderne Medizin gibt uns viele Möglichkeiten, die hinsichtlich der Zeit sehr schnell sein können, aber die Erfahrung und die Integration einer Abtreibung brauchen sehr viel mehr Zeit als die tatsächliche Prozedur. Deshalb machen viele Menschen viel zu schnell mit ihrem Leben weiter, aber das ist dann nur eine Art, sich das, was geschehen ist, nicht wirklich anzuschauen.

Wenn wir uns schon auf einem Weg der bewussten Entwicklung befinden und das ein Teil meiner Biographie ist, dann muss ich mir den Prozess wirklich anschauen und sehen, was der Vollendung eines Lebenszyklus hilft, was der Vollendung der Energie hilft, sodass diese Energie nicht in einem offenen Kreislauf bleibt und der offene Kreislauf nicht in unseren unbewussten Bereichen versteckt bleibt und in diesen Bereichen dann Auswirkungen hervorruft, die sich später erst zeigen.

Deshalb halte ich es für sehr wichtig, einen Prozess zu finden, und ich denke, die beste Art, das zu beschreiben ist als Basisprozess, ein Prozess, wo ich sehe ... wenn wir zum Beispiel Heil- oder Integrationsarbeit machen, dann schauen wir, wenn jemand über das Thema spricht, wie viel der Energie der Person verkörpert und in Verbindung bleibt, und bei den meisten Themen im Leben ist das eben nicht der Fall. Jeder, der mit Menschen arbeitet, kennt das wohl, entweder gibt es keine Innen-Außen-Beziehung oder es gibt keine vertikale Beziehung, das heißt, ich ruhe in meinem Körper und du kannst sehen, wie mein Energiekörper in meinem physischen Körper eingebettet ist, während ich mit dir teile, was ich teilen möchte, was eben das Thema in meinem Leben ist. Wir werden sehen, jedes Mal, wenn das ein Thema in meinem Leben ist, kann ich nicht voll in meinem Körper geerdet bleiben, während ich das mit dir teile, und die Energie ist „draußen“, aber es ist ein anderes „draußen“.

Wenn es ein Trauma oder starke Konditionierung oder Dissoziation gibt, dann geht Energie als Regulierungsfunktion „raus“, und dann ist die Verarbeitungskapazität für das Verdauen und Metabolisieren von dem, was passiert ist, nicht verfügbar. So, wie wenn ich einen Teil meiner Prozessorkapazität meines Computers entferne. Ich nehme den Chip raus und dann verlange ich von meinem Computer, gewisse Funktionen auszuführen – aber er braucht diesen Chip dazu, aber den habe ich ja rausgenommen. Er ist nicht mehr in der Platine eingestöpselt. Wenn ich jetzt vom Computer verlange, diese Funktion auszuführen, wird er das nicht können, weil der Chip nicht da ist.

Ich muss also herausfinden, wo diese Verarbeitungskapazität steckt, die den Prozess, der im System meines Klienten unverdaut ist, metabolisieren kann – im Nervensystem, im emotionalen System, im Hormonsystem, im physischen System, im mentalen System. Wo steckt die Prozessorkapazität, die das verarbeiten kann? Die muss ich finden und darin unterstützen, zurückzukehren, und je mehr diese Energie dann zurückkommt – was wir „vom Unbewussten ins Bewusste“ nennen --, die Information und die Energie kommen zurück, und erst dann können wir anfangen, die Prozesse zu verdauen, die in der Vergangenheit fixiert sind.

Und je mehr wir dann diesen Prozess in der physischen Dimension erden ... und das ist die Dimension der Inkarnation. Deshalb brauchen wir die Inkarnation – all die Heiligen, die nicht verkörpert sind, die im Laufe der Geschichte gelebt haben: Wenn sie wirklich Heilige sind, dann sind sie zeitlos, also sind sie auch jetzt gerade hier. Aber diese Energie braucht die Inkarnation, um Energie zu transformieren, denn die muss durch den Körper transformiert werden, weil der Körper in der physischen Dimension eingestöpselt ist.

[01:50:00]

Jeder, der zu diesem Zeitpunkt am Leben ist, hat die Möglichkeit, Energie zu transformieren, und das Leben hat durch uns die Möglichkeit, Energie zu transformieren und die Vergangenheit in Präsenz zu integrieren. Wir haben letztes Mal schon gesagt, in Präsenz haben wir eine Möglichkeit – die Möglichkeit zur Wiederherstellung, die Möglichkeit zur Integration, zum Verdauen, Lernen, für Erkenntnisse – und damit bringen wir neue Möglichkeiten ins Leben.

Was ich damit sagen will: Wenn es zum Beispiel eine Abtreibung gab ... Wenn Menschen über Abtreibungen sprechen, dann sehen wir oft, wenn wir das bezeugen und uns einfühlen und auf sie einstimmen, dann sehen wir in dem Moment, wo sie darüber reden, dass dieser eine Teil bereits gegangen ist. Und ohne, dass wir diesen Teil zurückbringen, ohne, dass sie fähig sind, das zu verdauen und diesen Prozess zur Vollendung zu bringen, sodass in der Vollendung Wiederherstellung geschehen kann, spielt es keine Rolle, ob es eine Abtreibung war oder ein großes Geschehen in der Kultur. Wir müssen diese Energie zurückbringen. Individuelles und kollektives Trauma müssen als Basisprozess wiederhergestellt werden, damit es im Leben eine Wiederherstellung gibt, damit es Vergeben und eine Erlösung im Leben geben kann, damit es Erkenntnisse geben kann, damit es Gnade geben kann. Alle diese Funktionen sind Funktionen, wenn wir uns Situationen in der Kohärenz des physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Selbst wirklich stellen. Wenn der ganze Prozess erst geerdet ist, das heißt, wenn wir uns der Intensität eines Ereignisses ganz stellen, dann gibt es den Kreislauf der Wiederherstellung.

Das ist also meine Antwort. Einerseits ist die Antwort auf Abtreibung, das wir einander unterstützen müssen, und oft braucht es da professionelle Unterstützung, um sich das wirklich anzuschauen und es sich von einem immer tiefer geerdeten Platz aus anzuschauen, sodass unser Nervensystem und unser emotionales System, das Hormonsystem und die physischen System das verdauen können – es gibt eine körperliche Verdauung, aber es gibt auch ein Verdauen von Erfahrungen im Leben, die die Energie des Geschehens in freie Energie transformiert. Das bedeutet, ich stelle mich einem Thema wirklich. So lange ich gewisse Dinge oder Aspekte in meinem Leben verleugne, können sie nicht metabolisiert werden, also bleiben sie im System.

Der andere Teil ist, dass es gewisse Ereignisse in unserem Leben gibt, wo wir eine Menge Unterstützung brauchen, damit wir sie wirklich zu uns nehmen und zulassen können, dass sie einsinken und zur Ruhe kommen, und wir müssen aufpassen, wo wir wirklich eine tiefere spirituelle Einstimmung finden, die uns sehr viele Erkenntnisse geben kann, und wo wir Interpretationen heranziehen, die wie ein Pflaster wirken, aber nicht wirklich ein heilendes Pflaster sind. Das heilendere Pflaster wäre, diese Ereignisse immer mehr in unser Leben zu integrieren und auch anzuerkennen, dass es da eine größere Dimension gibt, dass es da einen Aspekt des Nicht-Wissens gibt, und dass dieser Aspekt meiner Meinung nach ein Aspekt des Sich-Verneigens, der Demut, der Verletzlichkeit und Offenheit ist.