

Walking Forever: Mystical Principles 4

Inhaltsverzeichnis

Wiederholung der letzten Session.....	1
Die Bedeutung des frühen Bindungsprozesses.....	3
Gesunder Trauerprozess versus von Verlust getriggertem altem Trauma	6
Licht ins Familiensystem bringen.....	8
Uns unserer Angst vor dem Tod zuwenden.....	10
Beginn der Meditation	12
Ende der Meditation.....	14
Präsenz-Meditation: Raum schaffen, um das Leben zu verdauen und die höhere Intelligenz einzuladen	14
Gesunde Individuation innerhalb von Kompetenz-Hierarchien.....	17
Q&A: Einstimmung und Unterstützung, wenn man über das Leben oder den Tod anderer entscheiden muss	21
Q&A: Das ursprüngliche Gesetz beim Prozess der Adoption anerkennen	25

[00:00:00]

Thomas: Ja, herzlich willkommen alle zusammen. Wir hatten eine kleine Pause, deshalb möchte ich uns die letzte Session in Erinnerung bringen. Ich habe die vielen Fragen gelesen, die ihr eingeschickt habt, das sind so wunderbare Fragen. Ich kann eine ganze Stunde damit verbringen, nur die Fragen zu beantworten, die ihr geschickt habt, denn es sind sehr tiefe Fragen, sehr bedachte Fragen und so voller Praxis – das sind Fragen, die durch tiefe Praxis auftauchen. Also vielen Dank für die reiche Teilnahme, und ich werde einige von ihnen ansprechen, die ich für unsere Session heute und für den Kurs allgemein für wichtig halte.

Wiederholung der letzten Session

Aber bevor wir das machen, sagen wir ... letztes Mal haben wir – und da möchte ich heute weitermachen – über Schwellen gesprochen. Unsere Geburt ist eine große Schwelle. Auch schon unsere Empfängnis, unsere Geburt. Jedes Mal an einer Schwelle, haben wir gesagt, gibt es diese Möglichkeit zur Initiation. Was bedeutet Initiation? Dass es ein potenzielles Upgrade unseres Bewusstseins auf eine höhere funktionale Schwingung gibt, die mit höheren Fähigkeiten einhergeht, mit höheren Fähigkeiten, Strukturen im Bewusstsein zu schaffen. Im mystischen Sinn könnten wir sagen, die Buchstaben im Buch des Lebens sind da offener. Was heißt das? Letztes Mal habe ich gesagt, wenn du dein Handy nimmst und die Icons deiner Apps siehst, und du das Icon antippst, dann fängt das so an zu zittern. Dann kann die App gelöscht werden. Wenn sie so zittern, sind sie in einer Art aktiviertem Zustand, dann kann man sie löschen, man kann sie verändern, man kann sie woandershin bewegen.

Mit unserem karmischen Zustand ist das ähnlich. Unser karmischer Zustand hält unsere Energieschwingung auf einem gewissen Schwingungszustand fest. Dann braucht es Praxis und natürlich das Einfließen der Zukunft, das Erlösen der Vergangenheit. Ihr erinnert euch, wir haben darüber gesprochen, dass die Vergangenheit ein Zustand ist, wo die Wahl bereits getroffen wurde. Und die Wahl ... die Überreste der Vergangenheit halten uns als wiederkehrende Muster beschäftigt. Wenn wir uns ihrer bewusst werden, beinhalten wir sie und können sie transzendieren. Oder wir können sie beinhalten und integrieren und über sie hinauswachsen, die evolutionäre Energie also nutzen, um über sie hinauszuwachsen.

Wir haben gesagt, dass Schwellen Passagen im Leben sind – Empfängnis, Geburt, die Initiation zum Erwachsenen, Ehe, Eltern werden, Großeltern werden und der Tod. All diese Schwellen beinhalten also eine Möglichkeit, eine Art verstärkte Möglichkeit – durch das Leben, durch den natürlichen Zyklus des Lebens – Veränderung herbeizuführen. Was heißt Veränderung? Wir bekommen die Möglichkeit oder die erhöhte Möglichkeit, einige Teile der Vergangenheit zu transformieren, um eine Zukunft zu haben. Nicht vergessen, im mystischen Sinne betrachten wir die Vergangenheit und die Zukunft nicht so, dass die Vergangenheit gestern ist und die Zukunft morgen.

Oft fahren wir auf einer Autobahn, und man sieht diese Autobahnschilder und man fährt, und man sieht „gestern“. Man fährt weiter, man sieht noch ein Autobahnschild nach zwei Kilometern, darauf steht „gestern“. Dann fährt man weiter, und dann sucht man nach einer Ausfahrt, aber es gibt anscheinend in den nächsten hundert Kilometern keine Ausfahrt. So können wir also weiter ins Gestern fahren, außer, es gibt bewusste Wahrnehmung – also alle Praktizierenden einer tiefen spirituellen, authentischen Praxis und all die integrativen und therapeutischen Prozesse, um die Schattenenergie in einen erwachsenen Zustand und darüber hinaus wachsen zu lassen. Wir nutzen also den Treibstoff der Vergangenheit, um Treibstoff in den Motor unserer Evolution zu geben.

[00:05:00]

Damit schaffen wir gewissermaßen Ausfahrten. Wir schaffen Wahlmöglichkeiten. Diese Wahlmöglichkeiten sind nicht von der Vergangenheit vorherbestimmt. Denn ein unbewusstes Muster ist vorherbestimmt. Es steuert mich, wie's scheint. Manchmal kommen wir in Situationen: „Oh, davor habe ich Angst.“ Aber diese Angst hat nichts oder oft nichts mit der Situation zu tun. Es ist ein Film der Vergangenheit, der in meinem Leben auftaucht und meine Entscheidung in eine gewisse Richtung beeinflusst, und deshalb gehe ich immer in eine gewisse Richtung in meinem Leben. Wenn diese Angst integriert wird, wenn das Trauma aufgelöst und integriert wird, dann mache ich nicht so weiter, treffe dann nicht mehr dieselben Entscheidungen. Dann mache ich eine Kurskorrektur – plötzlich gehe ich also hier lang und nicht mehr dort lang.

Das unbewusste Muster, das mein Leben wie es scheint gesteuert hat: Wenn ich mir dessen erst einmal bewusst geworden bin, dann gibt es mehr Raum, und ich kann beinhalten, was ausgeschlossen war und kann mich mit dieser Energie über meine gegenwärtige Schwingungskapazität hinausbewegen. Vorher war ich festgelegt – selbst, wenn ich die Symptome meiner Muster kenne, laufen sie dennoch weiter ab. Wir wissen alle, wie schwierig es manchmal ist, solch ein Muster zu ändern, denn normalerweise fangen wir mit dem Symptom an, das auftaucht, nicht mit dem ursprünglichen Grund für das Symptom.

Die Bedeutung des frühen Bindungsprozesses

Ich sage das, weil ... Ich möchte heute darüber reden, wie wir diese Passagen nutzen können, was diese Passagen bedeuten. Zum Beispiel wenn ein Kind geboren wird ... dazu gab es auch eine Frage, was ich meine, wenn ich sage in den ersten drei Monaten *nachdem* ein Kind – vielleicht habe ich das nicht klar ausgedrückt.

Die Schwangerschaft und die ersten drei Monate zusammen sind gewissermaßen die Schwangerschaft, da ist also die Geburt, und dann sind da drei Monate, etwa drei Monate, wenn die Energie des Kindes sehr – wir sehen das bei Kindern, die sind noch sehr weit weg, und dann kommen sie ganz langsam herein. Aber in der Zeit nach der Geburt ist die Energie, sind die Schleier der feinstofflichen Energie offener. Jedes Mal, wenn die Schleier der feinstofflichen Energie offener sind, sind die Buchstaben – also die Bedingungen des Lebens, die Geschichte des Lebens, die Strukturen des Lebens – energetisierter und können dadurch leichter geändert werden. Deshalb sind das die Momente wo Auch wenn wir an Heilige Orte gehen, echte wahrhaftige Heilige Orte, nicht die ritualisierten, die energetisch leeren Orte, sondern *erfüllte* Orte, mit Licht erfüllt – wenn wir also an so einen Ort gehen, dann bekommt unsere ganze Struktur ein Schwingungs-Upgrade und es ist leichter, die kodierte Information zu ändern, die mein gegenwärtiges Erleben erzeugt.

Jedes Mal, wenn wir also solche Schwellen haben – und das passiert auch beim Sterbeprozess. Im Sterbeprozess öffnen sich die Schleier auch, die feinstoffliche Dimension ist verfügbarer, weil unser physischer Körper diese ätherische Schicht, wie wir letztes Mal gesagt haben, loslässt und sie sich auflöst. Wir fühlen es auch oft, wenn jemand stirbt, dass da plötzlich mehr Energie im Raum ist, mehr Lebensenergie, weil die Lebensenergie sich ablöst und dann der feinstoffliche Körper ... Der physische Körper stirbt und der feinstoffliche Körper geht in die feinstoffliche Welt über, in seine Erfahrung der feinstofflichen Welt, die, wie wir letztes Mal gesagt haben, abhängt von der Ausstiegsebene, mit der wir identifiziert sind. Die Bewusstseinsstrukturen, mit denen wir identifiziert sind, bestimmen also auch die Ausstiegsebene unserer astralen Schwingung. So ist dann das Nach-Erleben konzipiert, haben wir gesagt.

Dann haben wir gesagt: Die karmischen Gegebenheiten werden auch durch die genetische Linie weitergegeben, die Familie ... Wir haben letztes Mal darüber gesprochen, dass die Familie genetisch miteinander verbunden ist – das ist die körperlichste energetische Verbindung, die eine sehr ähnliche kodierte Information enthält. Die Seelen, die Energie, die durch die verschiedenen Familienmitglieder hereinkommen, sind vielleicht verschieden, aber die Original-Blaupause, die hunderttausende Jahre von Information, die das Leben in diese „Cloud“ gepackt hat ... Der genetische Code enthält also sehr viele Informationen über das Leben, und dann verbindet sich ein Lichtfunke damit und energetisiert ihn und hält den Willen, der ungebrochen war, lebendig, den Willen zum Leben.

Deshalb haben wir gesagt, unser Leben ... mein Körper ist nicht nur mein Körper. Mein Körper ist eine Ansammlung der Weisheit des Lebens über hunderttausende Jahre und mehr hinweg. All das ist in mir lebendig. Wenn die Seele sich verbindet, belebt sie, durch die Elektrizität des Körpers, die Vergangenheit und lässt auch einen Tropfen Zukunft einfließen. Das ist unser einzigartiger Beitrag. Denn der Rest wurde bereits erfunden, das war schon lange vorher hier, so läuft das schon lange.

In einer Frage ging es also um die drei Monate. Ich meinte also die ersten drei Monate nach der Geburt, zusammen mit der ganzen Zeit der Schwangerschaft, etwa ein Jahr. Diese Zeit ist sehr, sehr wichtig – die Liebe der Mutter und des Vaters während der Schwangerschaft und die ersten drei Monate nach der Geburt – wenn das ein geschützter Ort ist, ein liebevoller Ort, ein warmer Ort, dann zieht das magnetisch die Energie in den Körper.

Wir haben gesagt: Durch einen gesunden Bindungsprozess verbinden wir uns mit einer vertikalen Ausrichtung, die Eltern sind also gewissermaßen der Weisheitsaspekt für das Kind. Das ist eine vertikale Ausrichtung, die wir durch einen gesunden Bindungsprozess, d. h., wenn die Kinder eine stärkere Bindung zu ihren Eltern haben als zu ihren Freunden – und das ist ganz wichtig, denn in unserer Zeit ist der Liberalismus oft auch von Bindung zu Gleichaltrigen durchzogen im Gegensatz zur vertikalen Bindung. Deshalb kommt es oft zu Missverständnissen bezüglich Hierarchien; die Kompetenz-Hierarchien müssen anerkannt werden. Die Macht-Hierarchien, wie wir sie kennen, müssen demontiert werden, weil sie nicht wahr sind. Das ist kein Wasser, das den Berg hinunterfließt; nicht wie Weisheit, die den Berg hinunterkommt, bei der ich weiß, wo ich mich verneige, um einen Segen zu empfangen, wo ich weiß, wer Kompetenzen hat, die höher entwickelt sind als meine, und wo ich weiß, wann es für mich an der Zeit ist zu sprechen und Wissen weiterzugeben oder Weisheit oder Kompetenzen.

Wenn dieses Gleichgewicht nicht gehalten wird – z. B. durch Macht-Hierarchien, die oft nicht auf Kompetenz basieren, sondern auf anderen Dynamiken – dann wird dieser Prozess verletzt und verzerrt. Und das erleben natürlich viele von uns auch in ihrer Ursprungsfamilie. Das führt dann zu einer Art Widerstand gegenüber Hierarchien. Aber die Lösung ist nicht, alle Hierarchien abzubauen, denn dann entgeht uns das Lernen, und dann schwimmen wir alle in derselben Soße, aber das Lernen ist ... Das ist dann so, als ob wir die vertikale Version wegreißen. Aber es gibt eine Vertikalität im System. Sie verläuft durch unsere Wirbelsäule. Es ist eine vertikale Ausrichtung.

Die karmischen Gegebenheiten, die Blaupause plus unsere Seele, diese kosmische Adresse – die verbunden ist mit der Zeit, mit dem Entwicklungsstand der Gesellschaft unserer Zeit, mit all den Bewusstseinsstrukturen, die wir schon entwickelt haben, und denen, die in unserem Zeitalter, in unserer Zeit gerade eben so sichtbar werden – all das zusammen ergibt unseren kosmischen Code. Jeder von uns trägt einen speziellen kosmischen Code in sich. An den Schwellen haben wir also die Möglichkeit, einen Teil des Karmas zu integrieren. Heute nennen wir das Trauma oder Schatten, aber wir haben die Kapazität, einiges davon zu integrieren, um mehr Zukunft einzuladen, um mehr vertikale höhere Entwicklung einzuladen. Wenn wir Intelligenzlinien vertikal weiterentwickeln können, dienen wir der Evolution selbst.

[00:15:00]

Gesunder Trauerprozess versus von Verlust getriggertem altem Trauma

Der Tod also, wie wir letztes Mal besprochen haben ... Wenn wir uns wirklich um unsere Eltern kümmern – und ich werde etwas später ansprechen, was das heißt, denn jemand hat gesagt: „Okay, wie kann ich meine Eltern als meine Eltern respektieren später bei ihrem Sterbeprozess oder auf dem Sterbebett oder in ihrem letzten Lebensabschnitt, wenn ich sie pflege? Verletzt das nicht das ursprüngliche Gesetz?“ Natürlich nicht. Das ist tatsächlich eine sehr wichtige Phase, aber ich komme nachher auf die Frage zurück, das ist eine wichtige Frage, aber ich will das etwas weiter ausführen. Die letzte Phase unseres Lebens und der Sterbeprozess selbst und die Zeit, nachdem jemand gestorben ist, sind also sehr wichtige Schwellen, weil die Energie da offener ist. Sie ist offener, weil jemand geht, die Energie also die physische Dimension verlässt.

Aber erinnert euch, letztes Mal haben wir gesagt, wenn die Verbindung der Energie zum physischen Körper abgetrennt wird, hält der Motor der karmischen Transformation an – das heißt, was immer wir bis dahin von Vergangenheit in Frieden umwandeln konnten, von Vergangenheit in Präsenz und Zukunft, wird in dem Informationsfeld ruhen. Das wird durch eine neue Inkarnation irgendwo wieder aufgenommen. Diese Phase gibt uns auch die Zeit, einige der Familiendynamiken, Familienkarmas aufzulösen, um mehr Freiheit für beide zu schaffen – für die Person oder die Energie, die geht, und für die Menschen, die im Leben bleiben. Denn Karma hat gewöhnlich keine Wahl. Erleuchtung, bewusste Wahrnehmung, Beinhalten, Transzendenz öffnet und lädt neue Möglichkeiten ein. Ansonsten schaffen wir die karmischen Gegebenheiten immer wieder neu.

Unbewusstes Karma ist gewissermaßen eine Wiederholungsfunktion. Ihr erinnert euch, die Autobahn: „gestern“, „gestern“, „gestern“, zehn Kilometer lang „gestern“. So können wir uns eine karmische Wiederholung vorstellen. Es sind andauernde, sich wiederholende Erfahrungen, die ständig dieselben Dynamiken schaffen, dieselben Gedankenformen, dieselben emotionalen Reaktionen, dieselben Arbeitssituationen, dieselben – bis es eine Öffnung gibt und eine neue Energie hereingelassen wird, die uns weiterbringen kann.

Dann haben wir gesagt: Gebet, Kontemplation, Meditation, bringen Licht herein. Was ist Licht? Licht ist eine höhere Schwingung mit Information. Licht ist also ein Teil der Zukunft, die hereinkommen kann. Erinnert euch, eins der mystischen Prinzipien ist, dass die Zukunft die Kraft hat, die Vergangenheit umzuschreiben. Wenn wir an unseren Schatten und Traumata arbeiten, haben wir die Kapazität, weil wir die heutige Zukunft der Traumatisierung in der Vergangenheit sind. Wenn wir also Gemeinschaften, Beziehungen, therapeutische Beziehungen, Sanghas schaffen, wo wir zusammen schauen können, werden wir Partner darin, all unsere Vergangenheiten umzuschreiben, die Wir-Vergangenheit, unsere Sangha, und damit setzen wir Energie frei, weil wir oft eine andere Person brauchen, einen Experten, Sangha-Mitglieder, die uns darin unterstützen, die Vergangenheit umzuschreiben – je nachdem, was das Thema ist. Denn normalerweise ist es in einem Beziehungskontext entstanden oder in der Verletzung eines Beziehungskontexts, also brauchen wir auch einen Beziehungskontext, um es nach oben zu bringen. Zumindest ist das oft so oder zumindest geht es viel schneller in der richtigen, angemessenen Beziehung. Dann haben wir gesagt, dass das Umschreiben unsere gegenwärtige Erfahrung verändert und dass es unsere Verfügbarkeit für eine andere Zukunft ändert, dass wir dann eine neue Zukunft oder überhaupt eine Zukunft haben können.

[00:20:00]

Das waren also ein paar Dinge, die wir uns letztes Mal angeschaut haben – und Licht hereinzubringen durch gemeinsames Gebet, gemeinsame Kontemplation, gemeinsame Selbstbeobachtung, gemeinsamen Dialog wie in der Prozessarbeit, Kontemplation, zuzulassen, dass der emotionale Prozess, der Trauerprozess in uns abläuft, aber auch den Trauerprozess zu beobachten und darauf zu achten, dass er seinen Zyklus abschließt. Wir haben bereits über den Effekt gesprochen, dass der Trauerprozess ... Nach drei Jahren ist das kein gesunder Prozess mehr. Da sollen wir nicht mehr in diesem Prozess sein. Wir sollen nicht nach drei Jahren dieselben Dinge sagen wie nach drei Monaten.

Wenn das passiert, dann sprechen wir nicht mehr über den Tod oder das Sterben einer nahestehenden Person. Wir sprechen über ein regressives Muster, das schon vorher da war und in uns getriggert wurde. Oder wenn Menschen nach drei Jahren noch immer über die Scheidung sprechen, die sie hatten, dann sprechen sie nicht über die Scheidung. Dann sprechen sie über etwas anderes, aber nicht mehr über die Scheidung. Denn nach drei Jahren sollte man bereits an einem anderen Punkt sein. Es ist nicht so gedacht, dass wir drei Jahre lang in diesem Zyklus hängen. Wenn also jemand nach einem gewissen Zeitabschnitt, der länger ist als der natürliche Zyklus dieser Person zum Trauern, den es braucht, um einen Prozess zu durchlaufen, um einen starken emotionalen Prozess zu durchlaufen ... Das ist sehr gesund, so lange es ein Zyklus ist. Wenn das zu einer Linie wird, ist es nicht mehr gesund, dann wird es zu einer Gewohnheit. Und es verdeckt dann einen anderen Prozess, der parallel abläuft: den eigentlichen Prozess, der durch ein sehr viel grundlegendes und ungelöstes Thema in dieser Person getriggert wird.

Es gibt also einen natürlichen Trauerprozess und ein natürliches Loslassen, und das ist ein wichtiger Prozess. Einige der traditionellen Traditionen versuchen, diesen Prozess zu unterdrücken, weil sie denken: „Oh, wenn ich das erfahre, dann bin ich noch so gebunden, dann bin ich noch so stark mit meiner Menschlichkeit identifiziert“, aber das ist ein natürlicher Teil davon, verbunden zu sein, emotional verbunden zu sein. Und dann gibt es da wie gesagt all die anderen regressiven oder traumatisierten Teile von uns, die von so einem Tod oder einer Scheidung im Leben getriggert werden, aber dann ist das, worüber wir da sprechen, ein anderes Thema. Dann sprechen wir nicht mehr über eine Scheidung oder über einen Menschen, der in unserem Leben gestorben ist.

Licht ins Familiensystem bringen

Ja, also ... Jemand hat gefragt, ob das Karma, das wir transformieren, unser persönliches Karma ist oder das Karma der Familie oder was genau. Das habe ich ja jetzt schon gesagt: In der Kernfamilie sind wir in den karmischen Gegebenheiten miteinander verbunden. Denn wenn das Licht, wenn die Seele hereinkommt und durch all die Bewusstseinsstrukturen geht und hereinkommt und die alle mitnimmt, die Kernfamilie und dann die DNA, und dann steigt das Licht wieder nach oben, das ist unser evolutionärer Prozess. Die Energie kommt herunter, sammelt all die Informationen ein, und dann scheint eine Art Licht durch die DNA und belebt dieses Hologramm, das wir unser Leben nennen. In diesem Prozess ist also die Kernfamilie sehr stark in sehr ähnlichen karmischen Gegebenheiten verbunden.

Dann hat jemand gefragt: „Wenn ich diese Arbeit für mich selbst mache und einige karmische Gegebenheiten auflöse, hat das dann auch eine Auswirkung auf meine Geschwister?“ Natürlich, denn wir bringen Licht hinein ... Letztes Mal habe ich gesagt, die Familie ist ein Bild auf der Leinwand. Die Familie ist ein Gemälde auf der Leinwand, und wenn die Leinwand zerknittert wird ... wenn jemand Licht hereinbringt und einen Bereich klärt, dann klärt er den für jeden. Gewöhnlich, meistens, gibt es also zumindest eine Person in der Familie, eine Person, die sogar etwas anders zu sein scheint als die anderen, die Licht ins System bringt und anfängt, kraftvolle innere Arbeit zu machen. Gewöhnlich fühlt sich irgendjemand im System berufen, und diese Berufung bringt dann Licht in die Familienumstände.

[00:25:00]

Natürlich kann Familienaufstellung oder andere systemische Arbeit oder therapeutische Arbeit Licht ins System bringen und mithelfen, das mehr zu beleuchten und zu weiten und ihm mehr Raum zu geben, gewöhnlich mehr Raum und weniger Vergangenheit. Also ja, natürlich würde ich mich in meinem Leben um meine karmischen Umstände kümmern, aber wenn ich das tiefer betrachte, löst das im ganzen ... Das sendet einen Lichtimpuls und Ressourcen ins System, das System wird dadurch stärker, die anderen Menschen im System haben dann höhere Ressourcen als vorher – weil wir Licht hineinbringen. erinnert euch, wir haben darüber gesprochen, dass der Meridian 100 % Licht ist, und je mehr wir aus dem Meridian heraustreten – also aus dem nicht-dualen Zustand in göttlicher Ausrichtung – desto schwächer wird die Lichtintensität und wir fügen Schichten von Trennung hinzu, immer mehr Schichten von Trennung. Also ja, im Grunde sind alle davon betroffen.

Uns unserer Angst vor dem Tod zuwenden

Dann hat jemand auch gefragt, ob ich mehr zu den Beerdigungspraktiken sagen kann. Ja. Dann hat jemand gesagt: „Warum schauen wir uns noch nicht oder überhaupt nicht den Sterbeprozess an, wenn es da – und das passiert vielen Menschen – wenn es da sehr viel Angst, Schmerz, Widerstand gibt, Menschen unter Drogeneinfluss sind oder betäubt, warum schauen wir uns nicht die höchstwahrscheinlich häufigsten Todeserfahrungen an?“ Der Grund dafür ist weil wir auf uns schauen, was wir als Praktizierende, die unser Leben nutzen, um uns vorzubereiten, tun können, um *nicht* in einem unbewussten Zustand zu enden, der entweder betäubt ist oder voller Widerstand oder Angst. Ich stimme euch zu, höchstwahrscheinlich viele Menschen oder zumindest einige Menschen erleben das auf eine Art, die ihr beschrieben habt, aber ich konzentriere mich hier darauf, dass wir lernen, wirklich die Freude darin zu finden, den Tod zu beleuchten. Dass ich als Mystiker Freude darin finden will, das zu beleuchten, vor dem ich höchstwahrscheinlich zurückschrecke.

Wenn in Angst und mit Widerstand zu sterben also ein Weg ist, sich vom ursprünglichen Prozess abzuwenden, dann ist es unsere Absicht, uns ihm zuzuwenden und zu sagen: „Okay, lasst uns erforschen, woraus die Angst vor dem Tod sich zusammensetzt.“ Woraus setzt sich der Widerstand gegen das Sterben zusammen? Woraus setzt sich die Betäubung zusammen und wie kann ich – durch mein Leben – da mehr Licht hineinbringen, mehr bewusste Wahrnehmung, Präsenz, Integrationsarbeit, sodass ich zum Beispiel meine Angst vor dem Tod immer mehr integrieren kann oder meinen Widerstand oder meine Taubheit, damit ich im Sterbeprozess ein Partner des Lebens werde? Ich werde ein Partner. Ich will da sein. Wenn es Zeit ist, will ich da sein – weil es das ist, *was ist*. Da gibt es keine Widerrede, da gibt es keine andere Möglichkeit. Das ist es nun. Das ist der Übergang.

[00:30:00]

Wie kann ich also ein bewusster Partner werden? Damit verringern wir, glaube ich, die Wahrscheinlichkeit, dass ich mit starker Angst oder mit Widerstand oder betäubt sterbe, weil wir uns vorbereiten und weil wir die Illusion der Angst vor dem Tod, die Illusion des Widerstands gegen den Tod mit bewusster Wahrnehmung füllen, sie immer mehr integrieren, weil wir daran interessiert sind, weil wir uns dafür „anmelden“, weil wir es freiwillig tun. So bereite ich mich zuerst einmal also durch meine spirituelle Praxis immer mehr darauf vor, diese Aspekte zu transzendieren, und so werde ich durch mein Leben immer freier und ruhe auch immer mehr im Leben. Denn wenn ich nicht mehr vor all diesen Ängsten weglaufe, ruhe ich mehr im Leben und werde mein Leben im größtmöglichen Maße genießen, weil ich hier sein kann – weil ich auch hier sein will, wenn es an der Zeit ist, die Realität zu wechseln. Das ist also ein Aspekt.

Der zweite Aspekt ist: Weil ich ein Partner werden will, wenn der Tod um mich herum geschieht, kann ich auch ein vollwertiger Partner sein, wenn es da sehr viel Angst und Widerstand und Betäubung gibt. Dann kann ich in diesen Situationen wirklich ein Partner sein. Es ist okay, wenn es da viel Angst und Betäubung gibt und die Menschen unter Medikamenten stehen und es viel Schmerz gibt. Dann werden wir Partner sein, wir sind dann ein Teil des Haltens, des Kümmerns, der Liebe, des Trosts, des Loslassens, sodass das Leben sich wieder in den gegenwärtigen Moment entspannen kann. Ich glaube, wie schon gesagt, dass es in unserer Zeit höchstwahrscheinlich eine der Symptomatiken ist, dass wir nicht genügend Zeit haben – nicht wirklich Zeit, sondern nicht genügend Raum haben – unser Leben zu verdauen.

Wenn wir unser Leben aber verdauen, werden wir auch mehr ruhen, weil wir ... Wenn wir uns zum Beispiel Ängste anschauen, ihr erinnert euch: Wenn wir uns Angst anschauen, dann verdauen wir nicht nur unsere eigene Angst, wir finden heraus, was ist meine Bindungsangst, was ist meine Angst in Bezug auf Zugehörigkeit, was sind meine Süchte, aber auch was sind die Auswirkungen der mehr kollektiv erzeugten Ängste – durch Kriege und Abschlachten und Foltern und zugefügtem Schmerz. Und ich glaube, je mehr Menschen lernen, das während des Lebens zu integrieren, desto weniger schmerzhaft oder furchterregend oder betäubend wird der Sterbeprozess sein. Wir erzeugen also buchstäblich einen kulturellen Wandel, und der kulturelle Wandel wird auch dazu führen, dass wir bessere Vorbilder sein können, weil wir da sein wollen, weil wir uns das anschauen wollen, weil wir in diesem Moment zu Diensten sein wollen.

Und wir erzeugen auch einen kulturellen Wandel in dem Sinne: „Oh, wir ändern buchstäblich die Kultur im Leben, weil wir fähig sein werden, immer mehr im Körper zu ruhen, wir werden mehr Zeit zum Verdauen haben, was bedeutet, wir haben mehr Raum zum Verdauen“ – und das ist, glaube ich, eine sehr wichtige Funktion im Sterbeprozess. Denn ich will die Vergangenheit verdauen, die in mir ruht – denn die Angst vor dem Tod ist eine Vergangenheit, die hat nichts mit meinem Tod zu tun. Sie ist der Geist der Vergangenheit, der in mir auftaucht, schon dann, wenn nur der Gedanke an den Tod aufkommt.

Das ist also der Grund, aber dafür müssen wir uns zuerst den Integrationsprozess anschauen und dann schauen, wie wir mitfühlende Partner sein können. Wenn Menschen Angst haben, werden wir mitfühlende Partner sein, weil wir die Ängste in uns verstanden haben, also können wir in Beziehung gehen zu den Ängsten in anderen, und zwar unterstützend, einladend, warm, tröstend und auf eine Weise, die es den Menschen erlaubt, sich immer mehr in ihre eigene Lebensgeschichte zu entspannen, die anders aufgebaut ist, aber vielleicht ein ähnliches Ergebnis hat.

[00:35:00]

Das wird, denke ich, eine Art Graswurzelbewegung hervorbringen, das wird einen kulturellen Wandel an der Oberfläche des Lebens hervorbringen, denn dann wächst auch die Fähigkeit, wirklich voll und ganz zu leben. Deshalb möchte ich zuerst die spezifischen Aspekte betrachten, damit wir die in uns klären können und wir sie in einer höheren Auflösung betrachten können, und dann will ich von da aus einen kulturellen Wandel herbeiführen. Bevor wir also mit der Theorie weitermachen oder mit der Erforschung der Theorie, lasst uns vielleicht wieder ein bisschen sitzen und auf eine Reise gehen, und dann möchte ich noch ein paar Prinzipien vorstellen und auch die Beerdigungspraxis ansprechen.

Beginn der Meditation

Lasst uns wieder auf eine meditative Reise gehen. Wenn du willst, kannst du dich zurücklehnen und entspannen. Nimm dein Ausatmen und entspanne dich in deinen Körper, in deinen Atem, wie dein Atem dich in deinen Körper führt.

Bemerke die Schönheit des einfachen Sitzens und Atmens. So eine wunderbare Einfachheit. Und den Körper zu fühlen, den Körper wertzuschätzen.

Ich lasse mir von meinem Atem helfen, mein Nervensystem in eine tiefere Entspannung zu regulieren. Wenn ich der Welle meines Ausatmens folge, bis sie endet, gibt es einen Moment der Stille, und dann beginnt das nächste Einatmen.

Und dann wieder in die Körperempfindungen hineinzuspüren und zu fühlen, die verfeinerten Körperempfindungen, und zu fühlen, wie du in deinem Körper sitzt, ob du das Gefühl eines warmen Bads hast, Freude, Präsenz innerhalb der Verkörperung.

[00:40:00]

Und auch die engeren Bereiche zu bemerken, wo du in deinem Körper Spannung hältst, was immer diese Spannung bedeutet, oder ob es gestresste Bereiche im Körper gibt, und auch das nur wahrzunehmen, liebevoll, mit Mitgefühl.

Und auch wahrzunehmen, wie das Maß an innerer Raumhaftigkeit wieder steigt, während du mit deinen Sinneswahrnehmungen, deiner Wahrnehmung präsent bist.

Und in diesem inneren Raum zu ruhen und auch in der Tiefe der Entspannung, die sich einstellt, wenn man in seinen Körper sinkt, die Aktivierung des Nervensystems in Entspannung entspannt. Einen Moment lang einfach zu genießen, in Raumhaftigkeit zu sitzen, der Raumhaftigkeit zu lauschen, gewissermaßen das Gefühl des Seins zu verstärken, ein Gefühl von So-Sein, Stille, und auch die Einladung, deine Kapazität für das Verdauen zu erhöhen.

Wir alle verdauen die Nahrung, die wir zu uns nehmen, die emotionalen Erfahrungen, die wir machen, die Ideen, die wir haben, die Zukunft, die wir inspirieren, die wir durch Inspiration empfangen.

Nachhaltiges Leben bedeutet also, diese Erfahrungen im Körper zu verankern, sie in fruchtbarem Boden zu verwandeln, in fruchtbarem Boden, in dem das nächste Einatmen stattfinden kann, also unsere nächste Handlung, Aktivität, nach außen gerichtete Energie. Wir nehmen das Leben herein, um es zu verdauen, lassen es wieder zu Stille werden, erden es in allgegenwärtigem So-Sein.

Da gibt es einen Moment des Friedens, dann atmet das Leben wieder ein und erhebt sich aus dem fruchtbaren Boden, allgegenwärtiges Bezeugen, und verdaute Lebenserfahrungen, die ihren Enzo gefunden haben im tiefen Grund des Seins – und dann entstehen ein neuer Moment, eine neue Welt, ein neuer Kosmos.

[00:50:00]

Und innerhalb des Atems, der Atembewegung, weiter der Stille zuzuhören, die sich vertieft, dem Grund des Seins, dem allgegenwärtigen Bezeugen, weiterhin dem Raum zu lauschen, der Stille, dem Ruhem.

Und dann kannst du, wenn du willst, einfach das ganze Feld mit einschließen, alle, die wir hier praktizieren, die wir ein Präsenzfeld darstellen. Unser ganzer Kurs ist ein Feld; wenn viele von uns der Stille lauschen, zapfen wir ein darunterliegendes Feld an. Spüre die gemeinsame Präsenz, die Wir-Präsenz.

Und dann, zum Ende der Meditation, wenn es da eine Frage in deinem Leben gibt, etwas, was du als Herausforderung erlebst, dann kannst du entweder eine Frage stellen oder die herausfordernde Situation nehmen und sie mit der Bitte um tiefere Einsicht in die Tiefe deines Herzens sinken lassen, als ob die Tiefe deines Herzens ein See wäre, eine tiefes Wasserbecken.

Du setzt die Intention, um Einsicht, Enthüllung, Erkenntnis, Innovation zu bitten und du lässt diesen speziellen Teil deines Lebens, den Bereich deines Lebens energetisch in diesen See sinken, in die Tiefe deines Herzens. Gewissermaßen ist das die Membran deines Herzens, wo innere Stille mit dem kosmischen Herzen kommuniziert, mit dem tieferen darunterliegenden Intelligenzfeld, das transpersonal ist.

Lass die Frage, das Thema, den Umstand wirklich gehen und im Herzen versinken und verschwinden. Das Herz ist das Eingangsportal zur kosmischen Kreativität, zur kosmischen Intelligenz.

Und dann mach langsam einen tieferen Atemzug, einige tiefere Atemzüge, spüre deinen Körper wieder, deine Füße auf dem Boden, wie du auf dem Stuhl sitzt, und komme langsam zurück.

Ende der Meditation

Präsenz-Meditation: Raum schaffen, um das Leben zu verdauen und die höhere Intelligenz einzuladen

Also, wie gesagt, die Meditation, die wir gerade gemacht haben, soll uns an die Achtsamkeit erinnern, die Kongruenz der Bewusstheit mit der Sinneswahrnehmung, der Raumhaftigkeit, einen gesunden Weg zu finden, sein Nervensystem von Aktivität zu Entspannung herunterzuregeln. Raumhafter zu werden, der Raumhaftigkeit zu lauschen, die uns durch Übung in viel tiefere Stille führen kann.

Aber innerhalb der viel tieferen Stille haben wir gesagt gibt es zwei Dinge: Eine gewissermaßen leere Art des Bezeugens, eine sehr präsente, magnetische Präsenz, die das Bezeugen ist, pures Bezeugen, und gleichzeitig ist sie nicht wirklich leer, sie ist angefüllt mit Kreativität. Aber diese Kreativität scheint leer zu sein. Das erfüllt in unserem Leben zwei Funktionen. Ich denke, wir brauchen – besonders in der schnellen, schnelllebigen Welt – die Fähigkeit, unsere Erfahrungen zu verdauen. Deshalb verwechseln viele Menschen spirituelle Praxis mit Entspannung, dass das dasselbe wäre. Entspannung ist etwas, was heutzutage viele Menschen brauchen, aber sie ist nur der Anfang der spirituellen Praxis. In der Meditation geht es nicht vornehmlich um Entspannung, aber wenn wir uns entspannen, dann schaffen wir ein raumhafteres Umfeld, dass für uns ein Eingangstor zu einem tieferen mystischen Reich ist, dem Bereich des Lebens, der tiefer erwacht ist.

Jeder von uns ist also verantwortlich dafür, genügend Zeit für den Prozess des Verdauens zu haben, und dabei geht es nicht nur um Zeit, es geht um inneren Raum – Zeit und Raum sind tief miteinander verbunden. Raum-Zeit bedeutet also, ich habe genügend Raum, und der erscheint in meinem Leben als Zeit, aber es ist genug Raum, um zu sitzen, wenn es nötig ist, zu kontemplieren, wenn es nötig ist, und meine Erfahrungen zu verdauen, um sie in fruchtbare Erde zu verwandeln, was bedeutet, ich verankere und verkörpere meine Erfahrungen und auch meine Erkenntnisse. Die Zukunft kommt herein und verankert sich als ein Lichtsamenkorn im physischen Körper, im Zellgedächtnis des Körpers, in den Zellen und taucht noch tiefer in die Präsenz ein.

[01:00:00]

Und aus der Präsenz heraus wird das Leben in den nächsten Moment hinein wiedergeboren. Uns kommt das vor wie – als Gefangene der Zeit sind wir an einen Prozess gebunden, der als Linie von der Vergangenheit in die Zukunft führt, aber diese Linie wird tatsächlich von einem Moment zum anderen immer wieder neu geschaffen. Ein Gefangener der Zeit zu sein bedeutet, dass ich an einen Zustand gebunden bin, und deshalb sieht es so aus, als ob die Welt vorgegeben ist, fixiert. Aber die Welt ist eine Möglichkeit und der gegenwärtige Bewusstseinszustand stellt ständig ähnliche Möglichkeiten her, weshalb das sehr kohärent aussieht. Wenn wir jetzt die Präsenz-Meditation machen, üben wir es nicht nur, tief in einem friedvollen inneren Zustand zu ruhen, wir bringen auch – natürlich in der richtigen Dosis, und es geht um die richtige Dosis: Wir können Raumhaftigkeit in unserem Leben auch zu sehr praktizieren, und dann wird sie vielleicht kontraproduktiv, weil es dann so scheint, als ob sie mich immer mehr aus dem Leben herauszieht.

Und jemand hat auch ganz richtig gefragt: Wenn wir unsere tiefere Verkörperungsarbeit nicht machen, wenn wir unsere tiefe Integrationsarbeit nicht machen, bei der wir unsere Energie ganz in der Verkörperung erden, dann könnte die höhere Praxis, also nach oben ins Licht zu gehen und viel Präsenz-Meditation zu machen, uns tatsächlich zu sehr aus der Erdung bringen und uns unfähiger machen, am Leben teilzunehmen. Wir haben uns aber entschieden, am Leben teilzunehmen, weil wir in der Kultur leben, das heißt also, wir müssen uns immer und immer wieder erden.

Eine weitere Funktion des Erdens ist auch das Verdauen. Wenn ich überwältigt bin und mentalisiert und ich mein mentales Erleben überlade, meine Aktivierung, wenn ich zu aktiviert bin, meine Traumata sehr oft getriggert werden, und ich dann zu aktiviert bin, dann verliere ich auch die Verbindung zum Boden, und dann brauche ich mehr Raum, brauche ich Deregulierung, Verkörperung, Erdung.

Das ist auch sehr wichtig, denn für viele Menschen können Ängste und unverdaute Themen hochkommen, wenn sie anfangen, zu praktizieren. Wenn ich also mit einer tiefen spirituellen Praxis beginne und plötzlich kommen immer mehr Ängste und immer mehr Themen hoch, immer mehr Vergangenheit zeigt sich, dann ist das tatsächlich was Gutes, weil es ein Hygieneprozess ist. In diesem Prozess verdaue ich all die Themen, die in mir leben, die die Vergangenheit beinhalten - einschließlich meiner Angst vor dem Tod, einschließlich all der Themen, die ich darum herum habe, all die Traumata, die ich darum herum habe. Wenn ich also Raumhaftigkeit praktiziere, Ruhen, Verdauen, dann öffne ich mich immer mehr dafür, das zu empfangen, was in mir noch ungesehen ist, um es körperlich zu machen und es zu verdauen.

Das zweite ist, was wir vorhin gemacht haben. Wenn ich ein Thema in meinem Leben habe, wo ich nach Antworten suche, wo ich nach Erkenntnissen suche, wo ich nicht alles weiß, wo ich keine Klarheit finde, dann kann ich die Tatsache, dass ich in einem tiefen Zustand ruhe, nutzen, dann kann ich diese Situationen in den tiefen Zustand eintauchen lassen, denn die tiefe Stille ist superintelligent. Das gehört zu dem, was ich manchmal sage, dass wir alle Supercomputer sind, aber nicht nur horizontal, sondern durch die Raum-Zeit hindurch, durch alle Zeiten. Ein Supercomputer ist nicht an das gebunden, was gerade in der Gegenwart auf dem Planeten passiert. Er ist viel größer. Wenn ich also in Raumhaftigkeit und tiefer Stille ruhe, dann scheint es dort sehr leer und still und ruhig zu sein, aber tatsächlich ist es voller Intelligenz. Es steckt voller Möglichkeiten. Alles ist dort, und deshalb kann nichts gesehen werden.

[01:05:00]

Wenn wir also in diese tiefe Stille eintauchen, dann lassen wir eine riesige Intelligenz in unser Leben. Daran wollte ich uns erinnern, weil wir damit in früheren Mystical Principles Kursen zu tun hatten, aber das hat einen sehr wichtigen Anteil daran, unsere postmodernen Leben zu erden, und es ermöglicht es uns auch, mit einer tiefen kosmischen oder universellen Kreativität zu arbeiten, zu der jeder Zugang hat. Die Membran meines Herzens ist eine gemeinsame Membran von meinem Herzen als Thomas mit dem kosmischen Herzen, und wenn diese Verbindung offen ist, dann geht da ein Wind zwischen den beiden.

Gesunde Individuation innerhalb von Kompetenz-Hierarchien

Wenn wir also eine innere Individuation erreichen, also erwachsen und ein reifer Mensch werden, dann heißt das, dass wir emotional erwachsen sind; ich werde erwachsen, ich bin ein erwachsener Mensch, der eine Wahl hat. Mit dieser Wahl, „ja“ oder „nein“ zu sagen, habe ich ein gesundes Gefühl für meine Stimme im Leben entwickelt, für meine Intelligenz, meinen Platz, meine Erdung, meine Basis, ich kann Grenzen setzen, engagiert „ja“ und „nein“ sagen, all das.

Da gibt es dann Klarheit, eine Definition dieses Raumes, eine Klarheit, wie ich mich in der Welt ausdrücke und einen gesunden Informationsaustausch. Das ist sehr wichtig, denn wenn bei meinem Heranwachsen meine Eltern die vertikale Linie sind, zu der ich immer wieder zurückkommen und mit der ich in Beziehung gehen kann als Weisheitsquelle, die ich als Kompetenz-Hierarchie erlebe und nicht als Macht-Hierarchie ... wenn das erstmal traumatisiert wird, kann es eine Macht-Hierarchie werden. Wenn es offen und verletzlich und in Beziehung ist, dann dient es meinem höchsten Wohl. Aber wenn wir uns diese Frage stellen, ist es für viele von uns so ... und du kannst dir selbst die Frage stellen: „Wie erlebe ich Kompetenz-Hierarchien?“ Zuerst einmal, kann ich sie in verschiedenen Disziplinen erkennen und anerkennen? Und habe ich das Gefühl sie *dienen mir*, meinem höchsten Wohl?

Dient die vertikale Dimension, wo ich lerne und mich verneige und einen Segen empfangen, meinem höchsten Wohl? Oder muss ich da vorsichtig sein? Könnte es sein, dass die Macht missbraucht wird? Kann ich Autoritäten trauen? Habe ich Angst vor Autoritäten, also Kompetenz-Autoritäten? Und dann werde ich sehr schnell sehen, welche Art von Prägungen ich in mir trage. Denn wenn ich mir die Frage stelle „Dienen Kompetenz-Hierarchien mir?“, dann wird etwas in mir auftauchen. Was immer auftaucht, sind Prägungen, Erinnerungen, Erfahrungen, die ich schon gemacht habe, die ich damit in Verbindung bringe. Wenn ich also die Möglichkeit hatte, Vertikalität als Weisheit und Unterstützung für meine Stimme und Einzigartigkeit zu erleben, dann konnte ich eine gesunde Individuation entwickeln und kann mit meinen Eltern wieder neu in Beziehung gehen.

Aber oft, wenn meine Eltern regressiv waren ... sehr oft bei regressiven Zuständen ... wenn ich also älter werde als die Regression meiner Mutter oder meines Vaters, dann ... Das Wasser fließt dann den Berg hinauf, nicht den Berg hinunter. Und wenn das Wasser den Berg hinauf fließt, entsteht Reibung. Diese Reibung kann natürlich Gesundheitsprobleme hervorrufen, aber auch viele andere Symptome. Sie verursacht Verstrickungen. Und wenn Energie verstrickt ist ... Denn laut dem Gesetz, laut dem göttlichen Gesetz müssten meine Eltern sich um mich kümmern. Es soll nicht so sein, dass ich anfangs, mich um meine Eltern zu kümmern, und dann habe ich einen Widerstand dagegen - wie immer das Muster aussieht, das wir entwickelt haben. Aber in dieser Regression, wenn das Kind älter wird als die Regression der Eltern, dreht sich der Energiefluss gewissermaßen um. Das tragen viele von uns in sich.

Wenn wir nun also zum Ende des Lebens unserer Eltern kommen und wir anfangen, uns in dieser Phase um sie zu kümmern und für sie da sind, und ich bin auf gesunde Weise herangewachsen, dann kenne ich die richtigen Grenzen, dann kenne ich die Beziehung, die Definition dieser Beziehung, dann stelle ich mir nicht mal die Frage, ob das die ursprüngliche Hierarchie umkehrt, weil die Hierarchie vorgegeben ist. Wenn ich mich aber in dieser Verstrickung befinde, dann wird diese Verstrickung ... Manchmal hören wir von Menschen, die ihre Eltern pflegen, dass es sehr anstrengend ist, sehr schwierig, dass da sehr viele Prozesse zutage treten. Manche dieser Menschen stehen kurz vor einem Burn-out. Und das liegt, glaube ich, nicht an den Lebensumständen, das liegt an dem inneren Prozess, der schwierig wird, weil sich da dann oft die ursprüngliche Verstrickung zeigt.

[01:10:00]

Es gab also verschiedene Schwellen in unserem Leben und wir haben natürlich die Möglichkeit anzutreten und innere Arbeit zu machen, um diese Verstrickungen aufzulösen. Aber wenn sie nicht aufgelöst werden, dann ist in dieser Phase, wo man jemanden pflegt, der im Sterben liegt, diese Verstrickung noch aktiv und ich habe eine weitere Möglichkeit, sie aufzulösen. Aber dazu braucht es Bewusstheit, sonst ist es nur ein schmerzhafter oder schwieriger Prozess für mich. Ich denke, das ist ein wichtiger Aspekt, den es zu kontemplieren gilt. Vielleicht hast du schon deine Eltern gepflegt in der letzten Phase ihres Lebens und sie brauchten deine Unterstützung und deine Pflege, und wie hast du dich dabei gefühlt? Hast du Widerstand empfunden? Wolltest du das nicht in deinem Leben haben? Oder wolltest du es, aber dann hast du dich zu sehr daran gebunden gefühlt und du wusstest nicht, wie du Grenzen setzen solltest und es war sehr anstrengend? Oder warst du innerlich ärgerlich und es hat sich beengt angefühlt?

Oder hattest du das Gefühl: „Ja, das ist es, was ich jetzt mache. Ich habe Klarheit darüber, wie viel ich investieren kann, wie ich die Umstände dafür schaffe“, sodass es da also eine Art Klarheit in diesem Prozess gab, wo ein Erwachsener die Eltern als Eltern respektieren kann, aber trotzdem in seiner Funktion als Erwachsener für sie da ist? Das ist also vielleicht für alle, die sich im Moment mit so einer Situation konfrontiert sehen, eine wichtige Frage. Wenn es da Reibungen oder Schwierigkeiten oder Unklarheiten gibt, dann können uns, glaube ich, die Sangha, die Sangha der Praktizierenden oder auch professionelle Therapeuten, das gut spiegeln, wie wir die ursprüngliche Verstrickung auflösen können – weil es eine Verstrickung ist, wo das Gesetz nicht eingehalten wurde, das ursprüngliche Gesetz.

Was der Grund dafür war, ist jedoch zweitrangig. Das Entscheidende ist, dass die Energie sich verstrickt hat und dass die Kinder dann anfangen, die Familie zu managen oder eine bestimmte Rolle im Familiensystem einzunehmen, weil sie diesen regressiven Zustand der Eltern ausgleichen müssen. Und das führt dazu, dass die Energie anfängt, den Berg hinaufzufließen anstatt dass die Weisheit den Berg hinunterkommt. Wenn sie den Berg hinunterkommt, hat sie einen beruhigenden Effekt, das ist dann für uns, für das Leben. Wenn sie den Berg hinauffließt, dann erzeugt das Reibung, Hitze, Entzündungen, das erzeugt alle möglichen Nebenwirkungen, weil Energie, Wasser nicht den Berg hinauffließen soll. Es soll den Berg hinunterkommen, und das Licht kommt herunter ins Leben. Dann ist es beruhigend, kühlend, erfrischend. Dann ist das frischer Sauerstoff. Dann erzeugt das nicht noch mehr Hitze. Dann trägt es dazu bei, das System noch mehr auszugleichen, weil es Weisheit und Licht und Bewusstheit mitbringt. Das ist dann letztendlich zu unserem höchsten Wohl. Die andere Version erzeugt Anstrengung, Reibung, und dann werden die Pflege, das sich kümmern, die Unterstützung auch so erlebt. Das überhitzt das System. Das ist dann eine Kombination aus sich verpflichtet fühlen, es zu tun, sich schuldig fühlen, wenn man es nicht tut, sich unfrei fühlen, ärgerlich werden, und dann ist man in einer Art inneren Spirale, und das verbraucht eine Menge Energie. Ich denke also, wann immer – davon gibt es eine Extremform, aber auch subtilere Versionen.

[01:15:00]

Wenn diese Funktion Supervision erfährt, wenn diese Zeitspanne Supervision erfährt und wir ein bewusstes Umfeld schaffen und die Unterstützung haben, uns das wirklich anzuschauen, dann nutzen wir diese Phase in unserem Leben gewissermaßen und wir nutzen dieses Portal, diese Schwelle, und können das dann klären. Denn diese Verstrickung finde ich auch in meinen intimen Beziehungen – oder in der Tatsache, dass ich keine intimen Beziehungen habe – ich finde das in allen möglichen Beziehungen wieder. Diese Verstrickung wird sich auch in anderen Gegebenheiten zeigen und wiederkehrende Muster erzeugen, die ich im Leben auch weitergebe.

Ich dachte, das wäre sehr wichtig, dass wir uns das anschauen. Und auch, dass man, wenn es dazu kommt, wirklich sagt: „Okay, lasst uns das anschauen und lasst uns schauen, wie wir ...“ anstatt zu sagen: „Okay, das sollte nicht so sein.“ Ja, wenn es da ist, ist es da, und dann haben wir die Möglichkeit, wirklich einen Teil von uns erwachsen werden zu lassen, damit wir die Evolution unterstützen. Und damit geben wir auch unseren Eltern den potenziellen Impuls, etwas zu verändern und zu wachsen.

Q&A: Einstimmung und Unterstützung, wenn man über das Leben oder den Tod anderer entscheiden muss

Moderator/in: Ich werde ein paar Fragen zusammenfassen, die etwas ansprechen, das, wie ich denke, für viele Menschen relevant sein könnte. Jemand hat gefragt: „Kannst du etwas zum persönlichen Karma sagen, wenn es darum geht, zu entscheiden, wann das Leben eines Familienmitglieds endet?“ Wenn jemand entscheiden muss, die lebenserhaltenden Geräte abzustellen oder die Entscheidungen, die das Leben oder den Tod eines Menschen beeinflussen, wo das nicht in seinen oder ihren eigenen Händen liegt, und besonders, wenn derjenige nicht genügend bei Bewusstsein ist, um zu sagen, was er oder sie will. Aber ich denke, ganz allgemein, ich denke, da gibt es einige Leute, die eine Frage zu so einer Entscheidung hätten: Welche Dinge sollte man sich dabei bewusst sein und welche Auswirkungen hat das?

Thomas: Ja, das ist eine sehr gute Frage. Natürlich ist die Frage sehr komplex und muss ... Ich glaube, die Antwort auf diese Frage liegt in der Einstimmung – und natürlich gehört dazu auch das rationale Abwägen davon, wie die Situation aussieht. Aber letztendlich geht es um die Einstimmung, das ist zumindest das, wie ich da herangehen würde, die Einstimmung auf die Situation, auf die Person, auf mich selbst, die aus einer tieferen inneren Intimität hervorgeht. Aber die Frage ist ... dann muss ich wissen, was bedeutet innere Intimität. Das ist ein Prozess, der einige innere Arbeit erfordert, weil ich sonst nicht fähig bin, mich auf eine ganz bestimmte Art einzustimmen, weil dann mein eigenes Inneres, meine eigene Vergangenheit, meine eigenen Ängste, meine eigene Geschichte ständig diese Art von Einstimmungsprozess behindern.

Aber in einer Situation, wo wir uns wirklich die Zeit nehmen und wir unser emotionales Erleben zulassen – das gehört natürlich dazu: Die Tatsache, dass ich die Situation bereits viel kontrahierter angehe, wenn ich sehr große Angst vor dem Tod habe, als wenn ich in einem reiferen Platz in mir ruhe, in einem geerdeteren Platz in mir selbst. Dann kann ich auch besser ein kontemplatives Beinhalten erreichen, das mein rationales Wissen einschließt, das medizinische Tests und Prüfungen einschließt und alles andere, wie Empfehlungen. Dann werde ich, wie in meinem Leben, fähig sein, zu sitzen und genügend Raum zu haben, um Emergenz geschehen zu lassen und einem tieferen inneren Ort zu lauschen.

Ich denke, dann werden wir fähig sein, tiefere Zuhörer zu sein, denn es ist ja in der Vergangenheit schon vorgekommen oder es zeigt sich in verschiedenen Umfeldern, dass manchmal Menschen in einem tiefen Koma liegen, wo alles darauf hindeutet, dass nichts jemals diesen Zustand ändern wird, und dann kommen die Menschen zurück und wachen auf. Aber es gibt auch Menschen in diesen Zuständen, da ist das wirklich so – es ist vorbei, die Lebensenergie geht, aber das ist etwas, was, wie ich glaube, eine tiefere ... Da gibt es keine allgemeingültige Antwort, wie man damit umgeht. Die Antwort ist der Prozess, glaube ich, die tiefe Einstimmung und der Prozess.

[01:20:00]

Ja, also so würde ich das machen, ich würde all das rationale Wissen mit hineinnehmen, die Situation, das medizinische Wissen, und ich würde meine kontemplativen Fähigkeiten und meine Einstimmung mit hineinnehmen, um wirklich herauszufinden, was vor sich geht. Denn es ist keine Lösung, sich aus der Situation herauszuziehen, zu sagen: „Okay, ich habe Angst, also ziehe ich mich zurück.“ Dann nehme ich ja nicht an der Situation teil, aber ich soll ja teilnehmen. Der Situation nicht zu lauschen bedeutet nur, mein eigenes Wollen und vielleicht meine Konditionierung über die Situation zu legen. Da gibt es also etwas in der Mitte, eine teilnehmende Verantwortung, die genügend Raum hat, alle Faktoren zu beinhalten, und die zulässt, dass sie eine emergente Lösung ergeben.

Das sind, denke ich, die Lebenssituationen, wo wir alle berufen sind, all unsere Fähigkeiten und all unsere Weisheit einzubringen, um auf das Leben eingestimmt zu sein. Aber das ist ein komplexer Prozess, das sehe ich, und ich sage nicht, dass es leicht ist. Ich sage, dass es ein komplexer Prozess ist, weil ich mir meiner eigenen Motivation bewusst sein muss, meiner eigenen Ängste, vielleicht meiner eigenen Abtrennung, wo ich mir keine tiefere emotionale Verletzlichkeit erlaube, meiner eigenen Vorstellungen – da kommen also viele Faktoren dazu.

Aber da ist es wie mit allem im Leben, wenn ich mich da erstmal durchgearbeitet habe und innerlich fließender werde, dann werde ich meiner inneren Weisheit und Anbindung besser vertrauen und mich wirklich einstimmen können. „Eingestimmt“ bedeutet intim: Der Grad an Intimität, den ich mit der Situation habe, ist auch eine Art Indikator für mich, wie sehr ich eingestimmt bin auf die Situation oder wie sehr ich dissoziiert bin. Wenn ich eingestimmt bin, bringt das ein Gefühl von Intimität mit. Ich fühle, dass ich offen sein kann, verletzlich und empfänglich, lauschend, aber ich habe auch keine Angst, zu handeln. Es ist kein passiver Zustand. Es ist ein teilnehmender Zustand.

Ich glaube also, dass wir alle berufen sind – das sind Früchte, Früchte unserer spirituellen Praxis und unserer Reife – dass wir alle berufen sind, in diesen Situationen präsent zu sein. Dann, denke ich, können wir ein Teil der richtigen Handlung werden, die die Situation erfordert. Sag mir, Hilorie, war da noch mehr? Ich weiß nicht, ob ich die ganze Frage abgedeckt habe.

Moderator/in: Ja. Ich meine, ich denke schon. Ich denke, die Menschen wollten ein tieferes Verständnis dafür bekommen, wie man eine solche Art von Situation erforscht. Das ist natürlich wirklich schwer, also

Thomas: Ja.

Moderator/in: Ja, das war großartig.

Thomas: Und dass man sich in diesen Situationen auch wirklich Unterstützung sucht. Manchmal versuchen wir, alles allein zu machen, und da wir – wir befinden uns hier in dem reichen Umfeld der Gemeinschaft von Praktizierenden, die ... Das ist schon ein sehr wertvolles Umfeld. Jeder von uns hat tiefe Freundschaften oder Menschen, die ihn unterstützen, oder Menschen, zu denen er gehen kann, Experten, mit denen wir das reflektieren können. Das ist also ... Ein weiterer Teil der Frage ist ... Ich muss das nicht ... Weißt du, ich kann das Element des Teilens nutzen, und durch Kommunikation kommt es oft zu Klärung. Wenn ich mir also nicht klar bin, dann kann ich mich nicht zwingen, Klarheit zu gewinnen, aber ich kann verantwortungsvoll genug sein, um klärende Umstände zu schaffen.

[01:25:00]

Und was sind klärende Umstände? Klärende Umstände sind es, wenn ich einen Ort in mir finde, zu dem ich gehen kann, wo ich Klärung finde. Das heißt, wenn ich unklar bin, ist eine sehr einfache Maßnahme: Ich sitze oder ich bete oder ich kontempliere. Ich schaffe einfach Raum und vielleicht eine Art vertikales Einfließen von Erkenntnissen, sodass ich der inneren Weisheit lausche. Wenn ich also mein konditioniertes Denken leiser stellen kann – denn das Schwierige in solchen Situationen ist oft, dass viele Dinge in uns aktiviert sind. Da kann ich mich also einsinken lassen, ich kann lernen, mich einsinken zu lassen und je öfter ich zum Beispiel eine Meditationspraxis mache, desto mehr kann ich das in solchen Situationen nutzen, um wirklich ein inneres Forschungsumfeld in der Stille zu schaffen. Wenn ich dann sehe, dass ich in solchen Situationen die Erdung verliere, weiß ich, dass ich mehr Erdung und Verkörperung brauche. Die Verkörperung ist ein wichtiges Klärungsumfeld. Und Menschen, die auch praktizieren. Und Mentoren.

Also, was immer ich brauche ... Ich muss mir nicht im Klaren sein. Ich kann einfach darauf achten, dass ich mir ein Klärungsumfeld schaffe. Für manche Menschen heißt das, dass sie darüber reden können, für manche Menschen ist es ein Dialog, Kommunikation, was auch immer. Für manche Menschen geschieht das, wenn sie im Wald spazieren gehen. Ich muss wissen, was mich in der gegebenen Situation unterstützt. Und wir sollen da auch zusammenarbeiten. Wenn ich also etwas in mir trage und keine Klarheit habe, dann werde ich mir ein Umfeld schaffen, wo ich das teilen kann. Aber was bedeutet Teilen? Das Wort geht nach draußen, geht zu Hilorie. Hilorie hört mich. Sie nimmt meine Worte in sich auf. Wir nehmen einander in einem tiefen Gespräch ineinander auf, was heißt, wir erweitern die Verarbeitungskapazität unserer Herzen und unseres jeweiligen Verstands und Bewusstseins. Und so wird Hilorie für mich zu einer Erweiterung meines individuellen Erlebens in die kollektive Intelligenz hinein.

Diese Schleife bedeutet also ... in die kollektive Intelligenz oder in das Göttliche. Wenn Hilorie in einer tiefen inneren Raumhaftigkeit ruht, gibt sie mir Zugang dazu, sodass mein Wort in Hilorie auf tiefen Raum treffen kann. Das heißt, es taucht in eine viel weiter gefasste Intelligenz, die nicht nur eine kollektive Intelligenz ist, sondern eine Art göttliche Intelligenz, die wiederum eine Auswirkung auf mich hat, mir eine Art Impuls gibt. Diese Kommunikation erlaubt es uns also, natürlich abhängig davon, wie weit entwickelt wir sind und mit wem wir reden und wie entwickelt das Bewusstsein ist, Unterstützung auf verschiedenen Stufen von Weisheit und Entwicklung zu bekommen. Wir können nicht mehr Klarheit haben als wir haben, aber wir können uns darum kümmern, uns ein Umfeld zu schaffen, ein immer größeres Umfeld, das uns unterstützt, das gewissermaßen eine Erweiterung der Klarheit ist, die wir im Moment selbst nicht haben.

Ich halte das für einen wichtigen Faktor, dass oft in der Kommunikation – denn was bedeutet „intelligent“? Intelligent ist der Raum zwischen uns. Der Raum zwischen uns ... Wenn ich mit jemandem spreche, kann ich gewissermaßen den Raum zwischen uns einladen, am Klärungsprozess teilzunehmen. Deshalb wird oft im Dialog oder im Gespräch ... Darauf ist ein Teil der Therapie aufgebaut. „Wenn zwei oder drei sich in meinem Namen treffen“ – das ist einer der Grundpfeiler des therapeutischen Prozesses. Hier ist also jemand, dort ist jemand, und dazwischen ist Raum. Und der Raum macht es intelligent. Hier ist eine Nervenzelle, dort ist eine Nervenzelle, Raum und Elektrizität. Daraus entsteht die Intelligenz des Lebens. Ja.

Moderator/in: Ja, das ist schön. Es ist ... Diese Frage eröffnet etwas viel Größeres, was darüber hinausgeht, nur eine Antwort zu finden. Das ist letztendlich ein tiefer Prozess, der für jemanden wirklich eine große Öffnung bedeuten kann. Also sehr schön.

Thomas: Genau.

[01:30:00]

Q&A: Das ursprüngliche Gesetz beim Prozess der Adoption anerkennen

Sprecher/in: Thomas, ich würde gern das Thema Adoption etwas erforschen, wenn das geht. Als du über Karma gesprochen hast und darüber, wie das Karma mit den Eltern kommt und über das Hereinkommen. In meinem Adoptionsfall war es fast direkt nach der Geburt, dass ich getrennt wurde, obwohl ich begrenzten Kontakt zu meiner leiblichen Mutter hatte, und dann kam ich mit etwa vier Monaten in eine neue Familie. Ich habe viel Arbeit zum Thema Adoption gemacht, aber die Vorstellung, dass man an dieses Karma gebunden ist ... und ich bin neugierig, wie sehr ich an das Karma meiner Adoptivfamilie gebunden bin gegenüber dem meiner leiblichen Familie, und auch zum Gefühl von Autorität in der Sache.

Seit zwei Jahren habe ich wieder Kontakt mit meiner leiblichen Mutter, und es ist ein langsamer Prozess. Ich habe keinen Kontakt mit meinem Vater, ich weiß nicht, wo mein leiblicher Vater ... Wenn es also darum geht, mein Leben abzuschließen oder wo mein Ausstiegskreislauf ist, war das eine Forschungsreise für mich, und ich kann auch sagen ein Gefühl von ... ich war immer ... ein Gefühl von ... Ich habe nie an Autoritäten geglaubt, dieses Gefühl für Hierarchien, von dem du sprichst, dass Kinder die Möglichkeit haben, dorthin zurückzukehren. Ich bin immer irgendwie gegen die Strömung geschwommen. Ich wollte nur wissen, ob du da ein Gefühl bekommst?

Thomas: Ja. Zuerst einmal – ich weiß, das klingt wie eine Schallplatte mit einem Sprung, weil ich das immer und immer wieder sage: Die Situation, dass du adoptiert ist – das ist so. Also die Schönheit dieser Lebenserfahrung zu bestätigen, selbst wenn die mit einigen Themen einhergeht, die wir durcharbeiten müssen, aber das ist offensichtlich die Reise deiner Seele, die Schönheit, diese Möglichkeit des Lebens zu erforschen. Ich denke, wenn wir uns ganz in die Lebensumstände am Anfang des Lebens entspannen – denn dieser Lebensumstand ist nicht verhandelbar. Also nutzen wir die ganze Intelligenz, die durch dich inkarniert ist, um diese Möglichkeit ganz auszuleben.

Es gibt also keine bessere Alternative oder kein „wäre es doch nur so oder so gewesen“, sodass die volle Erdung – okay, das ist der Umstand, der durch dich und deine Praxis transzendiert wird. Wie du gesagt hast, hat du schon viel daran gearbeitet, du hast dich also immer mehr geerdet, und das gibt uns die Möglichkeit, den ursprünglichen Zustand auch aufzulösen und umzuschreiben. Die Aufmerksamkeit und die Erdung und die volle Akzeptanz.

Das ist das Erste. Das Zweite ist: es stimmt, da gibt es, zumindest nach meinem Verständnis, jetzt eine Mischung von deinem genetischen Erbe und deinem sozialen Umfeld, das anders ist. Das hat zwei Seiten: Da gibt es einen Schnitt in der ursprünglichen Intimität mit deinen Eltern und dann wurdest du in ein anderes Umfeld gebracht, das eine andere Kodierung hat, die auch ein Potenzial darstellt.

Da ist also das Trauma der Trennung und da ist In unserer Ursprungsfamilie – jedenfalls so, wie ich das sehe ... Die Trauma-Geschichte und was wir erben sind zwei verschiedene Dinge. Wir erben Bewusstseinsstrukturen, die wir gewissermaßen mehr oder weniger alle erben. Das ist das, was das Leben durchlaufen hat, tausende von Jahren von Lebenserfahrung, die dazu führt, dass dein Körper zusammenhält, dass man Emotionen erfahren kann, rationale Gedanken, Bewusstseinsstrukturen in der Gesellschaft. Das ist das eine, aber dann gibt es auch Tendenzen -- wir nennen sie jetzt genetische Tendenzen – also Tendenzen, die weitergegeben werden. Wenn ich also ein Kind betrachte – tut mir leid, ich würde das sonst zeichnen, aber mein Zeichenbrett funktioniert nicht – wenn ich also zwei Elternteile habe und das Kind in der Mitte, dann spiegeln sich die genetischen Tendenzen gewöhnlich auch im Verhalten, in dem Umfeld, das die Eltern für ihre Kinder schaffen.

[01:35:00]

Sagen wir, jemand gibt eine Trauma-Tendenz weiter und der andere Elternteil hat eine ähnliche Tendenz, dann verstärkt das ... es verringert die Ressourcen und verstärkt die Trauma-Tendenz im Kind. Die Wahrscheinlichkeit, dass daraus im späteren Leben ein Thema wird, steigt also. Wenn ein Elternteil frei ist von dieser Trauma-Tendenz und der andere sie hat, dann ist das mein Ressourcen-Partner, wenn ich mit der Person arbeite. Wenn du also in eine andere Familie gebracht wirst, gibt es da eine völlig neue Mischung, was es auch sehr spannend macht, weil das soziale Umfeld in dir verdrahtet wird, aber gewisse Tendenzen trägst du genetisch in dir, und da gibt es eine größere Möglichkeit, dass die nicht vom neuen Umfeld unterstützt werden. Ich denke, das ist eine sehr spannende Zusammensetzung.

Es stimmt also, man muss am Ursprungs-Trauma arbeiten, weil deine leiblichen Eltern per Definition deine leiblichen Eltern sind. Dazu gibt es ein Gesetz, und wenn es eine Adoption gibt, müssen wir wirklich daran arbeiten, nicht nur durch den positiven Bindungsprozess mit den Adoptiveltern, sondern auch ... die Linie, die es da gibt, muss anerkannt werden. Dass das Kind adoptiert wurde, muss anerkannt werden. Das göttliche Gesetz geht durch den Kanal deiner Ursprungseltern und gleichzeitig gibt es da ein neues Umfeld, das deinen ganzen Bindungsprozess bestimmt, der ein sehr kraftvoller Prozess ist. Ich denke, du hast auch ein bisschen beschrieben, dass das Echo dieser Trennung ein sehr tiefer Prozess ist.

Dass du auch, wenn du zum Beispiel in Meditation sitzt und deine Energie ... oder du machst das mit jemanden, ich höre, dass du schon viel daran gearbeitet hast, aber dass du deine Energie ... Jeder von uns hat eine Art Kanal oder Leitung im Zentralkanal, die zurückgeht auf unsere Eltern und, durch unsere Eltern, hunderttausende Jahre zurück. Wir haben diese Meditation schon gemacht, die, wo wir sitzen und sagen: „Okay, wow, da gibt es eine ununterbrochene Linie von Lebensenergie, die durch alle Generationen hindurch zurückgeht bis zu dem Zeitpunkt, wo wir Einzeller sind, bis heute. Ich denke, das ist sehr bemerkenswert. Und diese Linie verläuft durch deine Ursprungsfamilie.

Ich denke, wenn du sitzt und diese Linie kontemplierst, gibt es da ein Echo des Trennungsschmerzes, den du bereits bis zu einem gewissen Grad integriert hast, aber im Anerkennen dieser Linie ... Ich glaube, die mystischen Prinzipien ... Das göttliche Gesetz, der Meridian, wenn wir uns darauf einstimmen, dann ist das eine Art Blaupause, die unser Nervensystem absolut erkennt. Denn die mystischen Prinzipien ... Unser Nervensystem ist eine Art Bote des ursprünglichen Gesetzes, des göttlichen Gesetzes. Unser Nervensystem erkennt das göttliche Gesetz sofort.

Das sieht man in der Trauma-Arbeit, wenn wir zum Beispiel ... Wenn wir jetzt mehr Zeit hätten, könnten wir zusammen hingehen und die Energie besuchen, wo du ... deine Energie, wo du vier Monate alt warst. In dem Moment, wo die Einstimmung präzise ist, würde dein Nervensystem das sofort als ein Gehaltenwerden empfinden und als eine Art innere Entspannung. Denn das ist das, was beim Trennungsprozess höchstwahrscheinlich auf sehr tiefer Ebene Angst bekam. Diese Angst ist tief im Kern verdrahtet, wenn wir also dorthin zurückgehen, erkennt das Nervensystem sofort das Gehaltenwerden, das höchstwahrscheinlich zu dem Zeitpunkt gefehlt hat.

[01:40:00]

Das Nervensystem erkennt also, wenn das Gesetz eingehalten wird und wenn das Gesetz nicht eingehalten wird. Dann kontrahiert es sich, dann fängt es an, Ersatzfunktionen zu schaffen. Deshalb denke ich, dass Eltern, die Kinder adoptieren, auch die leiblichen Eltern anerkennen müssen. Wenn die anerkannt werden, dann erzeugt das eine Einhaltung des ursprünglichen Gesetzes innerhalb der Liebe in der Bindung, die in der neuen Familie stattfindet. Dann ist alles beinhaltet. Dann ist die ganze Situation beinhaltet. Und dann kann sich das Nervensystem immer mehr entspannen, denke ich.

Du kannst die Ursprungslinie nicht völlig ersetzen, aber wenn sie beinhaltet wird, schafft das ein Holon, ein ganzes System. Dann erkennen die Eltern, die das Kind adoptieren, das Gesetz an und können für das heranwachsende Kind mit ganzer Liebe und Kapazität da sein, denn dann ist das ganze System beinhaltet. Ich denke, das Leben will einfach, dass alles beinhaltet ist, damit man an das ganze System, damit man an das ursprüngliche Gesetz denkt. Dann findet Integration statt. Dann gibt es ... Ich denke, dann werden die Nebenwirkungen immer und immer weniger. Sag mir, wie du dich fühlst, wenn wir ...

Sprecher/in: Ja. Was mich wirklich interessiert ist zu erforschen, wie du über das Anerkennen dieser Linie sprichst. Wenn ich das richtig verstehe aus den Mystischen Prinzipien, dann muss ich dafür nicht wirklich mit meiner Mutter und meinem Vater zusammenkommen. Wenn ich da hindurchgehe, dann stelle ich mich dem Trauma, dann stelle ich mich dem Moment der Kontrahierung, und dann folge ich der Linie weiter. Ich denke, das fühlt sich für mich sehr signifikant an. Ich habe es nie in diesen Kontext gestellt. Ich habe viel daran gearbeitet, und es fühlt sich so an, als ob ich das Trauma schon im Mutterleib erlebt habe, als ob das etwas sehr Frühes war und das so eine Blase geschaffen hat. Ich weiß natürlich, dass ich heute der bin, der ich bin, weil das ein Teil meines Lebens ist, aber da gibt es auch Zeiten, wo ich mich rückverbinden will und schauen will, wie tief und ganz ich das tun kann.

Thomas: Ja, und ich denke es könnte beides sein. Es könnte in deiner inneren Erforschung sein oder mit jemandem, der dich in dieser inneren Erforschung begleitet, wie ein Therapeut oder Trauma-Therapeut oder Praxis-Partner oder du machst das allein, in deiner Meditation, dass du lernst, diese Linie durch die Raum-Zeit hindurch zu fühlen – aber auch in der Erfahrung, deiner Mutter zu begegnen und da die inneren Antworten und Reaktionen zu kontemplieren, die dann in dir ablaufen. Das ist eine sehr wichtige Erforschung. Es kann also beides sein, es ist im Grunde beides.

Was ich sagen will, ich denke der Hauptaspekt dessen, was ich sage: Wenn es eine Adoption gibt und das ursprüngliche Gesetz dabei anerkannt wird, dann wird das tiefe Halten der neuen Familie auch zurückfließen und helfen, den Schnitt oder den Verlust, der passiert ist, zu integrieren, die Trennung, die stattgefunden hat, zu integrieren, das wird dann da hindurchfließen und die Ängste auf sehr tiefer Ebene mehr und mehr lösen. Du hast gesagt, es ist in deiner Erfahrung sehr, sehr früh passiert, das hat also eine Spur von Angst hinterlassen. Da taucht manchmal also vielleicht Angst aus dieser Zeit auf, und wenn wir darum herum ein gutes Gehaltenwerden schaffen, dann wird diese Linie durch das Anerkennen des ursprünglichen Gesetzes geheilt werden. Und das Gesetz ist, wie die Energie durch die Generationen fließt. Wie fühlst du dich jetzt, während wir reden, genau jetzt?

[01:45:00]

Sprecher/in: Ich denke, ich fühle mich wirklich ermutigt, das auf gewisse Weise ... Ich denke, du beschreibst eine Menge von dem, was passiert ist. Das einzige Fragezeichen ist, dass ich nicht sicher bin, ob ich die Gelegenheit haben werde, meinem leiblichen Vater physisch zu begegnen. Ich habe mich immer gefragt, wie das ... Ich fühle, dass es das ... Da bin ich noch nicht, auch in Bezug auf das Gefühl, dass ich der Mann bin, der ich sein sollte, in Bezug auf mein Gefühl zu Autorität und mir selbst in dieser Welt, weil das in mir ein sehr ungeerdetes Gefühl hervorruft. Wie forsche ich da also weiter auf dieser Reise und finde diese kontrahierten Teile.

Thomas: Ja, ich würde am Anfang anfangen. Ich würde damit anfangen, welche Gefühle aufsteigen, wenn du sagst: „Ich fühle meine Autorität in der Welt nicht ganz.“ Das zeigt sich gewöhnlich durch Symptome wie Ängsten oder Unsicherheiten oder Schüchternheit oder nicht handeln. Ich würde also anfangen, daran zu arbeiten, ich würde mir die Symptome anschauen, die auftauchen und dann von dort aus tiefer gehen und schauen, wo die Symptome ... Das würde ich machen, wenn wir hier in einer Situation wären, wo wir ein paar Sessions machen könnten.

Dann würde ich schauen, okay, schauen wir uns die Symptome an, die auftauchen, und schauen wir, wie die sich beziehen auf die ursprüngliche ... Was sich wirklich auf das ursprüngliche Trauma bezieht, was sich auf anderen Entwicklungsteile bezieht, und dann eine Art Verbindung zu schaffen zwischen dem, was wir heute sehen und was vielleicht sehr früh in deinem Leben passiert ist, und darum herum ein Gehaltenwerden schaffen. Ich denke, wenn jemand mit dir sitzen kann und das machen kann, gibt es da immer mehr eine energetische ... Die Elektrizität von heute wird dann zurückfließen in diese frühe Zeit. Heilung ist, nach meinem Verständnis, dass man eine Nadel nimmt und sie zu dem unbewussten Teil bringt, der noch aktiv ist, und den nach oben holt. Wir erschaffen da einen Stromkreislauf in die Vergangenheit, bis wir die Vergangenheit zurück in die Gegenwart gebracht haben.

Das würde ich machen. Ich würde mit den heutigen Symptomen anfangen und sie wieder in eine Beziehung bringen und schauen, wie die Unsicherheit ein Teil einer Beziehung sein kann, und dann würden wir höchstwahrscheinlich die Entkörperung davon sehen, wo die Energie also nicht voll im Körper ruhen kann und wo wir sie hinunterbringen können in die Basis. Das gibt uns höchstwahrscheinlich dann einen Anhaltspunkt, wo wir suchen müssen, und von dort aus erden wir ganz langsam deine Intelligenz, und dann wird das zu einer natürlichen Autorität.

Ja. Danke. Ich denke du bringst da einen sehr schönen Bereich ein mit der Adoption, denn das ist ein wichtiges Thema in unserer Welt. Ja.

Sprecher/in: Ja, du hast recht, es ist auf jeden Fall ein Geschenk.

Thomas: Ja.

Sprecher/in: Okay, danke.

Thomas: Ich danke dir.