Verstehe Deinen Ursprung, Deine Bestimmung und erfahre Lebenshilfe - direkt von höchster Instanz

---

Ein wertvoller Ratgeber und Arbeitsbuch

Quelle: Jeshua-Channelings von Pamela Kribbe
www.jeshua.net

1. Die Macht des Bewusstseins (Seite 1)
2. Kosmische Geburtsschmerzen (Seite 7)
3. Die Fallen auf dem Weg Heiler zu werden (Seite 24)
4. Geburtsfamilie loslassen (Seite 43)
5. Männliche und weibliche Energien (Seite 63)
6. Umgang mit Emotionen (Seite 78)
7. Sexualität und Spiritualität (Seite 92)
8. Arbeit, Geld und Kreativität (Seite 108)
9. Gesundheit und Krankheit (Seite 120)

Die Texte der „Heilserie" von good-news-only.com in ein Handbuch zusammengefasst mit freundlicher Genehmigung von jeshua.net (Pamela & Gerrit).

Die gesamten Channelings sind auch in einem Buch in Deutscher Sprache erhältlich:
ISBN 978-3-938814-14-7 327 Seiten, Softcover, eft-edition.com

1 Die Macht des Bewusstseins

Liebe Freunde,

ich bin heute gekommen, um mit Euch allen zu sprechen. Ihr seid mir alle so wohlbekannt! Ihr habt keine Ahnung, wie gut ich Euch kenne. Ich bin oft bei Euch, denn mein Herz ist mit Euch verbunden. Ich sehe Euren Schmerz; ich bin Zeuge Eurer Freude, Eurer Sorgen, Eures Leidens. Und ich möchte Euch so gerne etwas über die Macht, die Euch innewohnt, sagen. Der Macht Eures eigenen Bewusstseins. Der Macht Eures eigenen Wesens. Der Macht Eurer eigenen Seele.

Zu häufig seid Ihr immer noch auf der Suche. Immer wieder sucht Ihr nach Lösungen außerhalb von Euch selbst. Aber sobald Ihr diese Lösungen in Euch aufnehmt, fangen sie an, wegzuschmelzen.

Begreift, dass Ihr selbst das Zentrum Eures Seins seid, die Sonne Eures Universums.

Die Ausrichtung Eures Bewusstseins, das, worauf es sich einlässt, ist entscheidend dafür, wie Ihr Euch fühlt, was Ihr denkt, wie Ihr handelt. Aus Eurem tiefsten Inneren heraus steuert Ihr diese Dinge, wie eine Sonne ihre Strahlen nach außen richtet.

Wenn Ihr annehmt, dass es Aspekte Eures Selbst gibt, auf die das Licht dieser Sonne nicht scheinen sollte, Plätze, auf die sie Ihr Licht nicht werfen sollte, dass es Dinge gibt, die nicht von ihren Strahlen erwärmt werden sollen, dann wird jeder und alles um Euch herum diesen Glauben bestätigen.

Auf dieselbe Weise kann der Ratschlag oder die Hilfe von Anderen nur dann angenommen werden, wenn Ihr Eurer eigenen Sonne erlaubt, ihr Licht auf den Aspekt, für den Ihr Hilfe braucht, zu werfen. Es ist immer Eure Entscheidung, diesen Aspekt ins Licht zu bringen und die Tür zu öffnen. Niemand außerhalb von Euch selbst kann Euch dazu zwingen. Das ist der Grund, wieso Euch niemand helfen kann, wenn Ihr es Euch selbst nicht gestattet (das gilt sowohl für irdische Hilfe

als auch für Hilfe von unserer Seite).

In Euch sind Überzeugungen lebendig, die Euch denken lassen, dass Ihr nicht fähig seid, Euren eigenen Weg zu finden, Euer eigenes Schicksal wieder zu erspüren. Diese Überzeugungen hängen mit Eurer Vergangenheit, in der Ihr Euch selbst für lange Zeit verloren habt, zusammen. Ich spreche hier vor allem über Eure Vergangenheit hier auf der Erde, eine Vergangenheit von vielen Erdenleben, in denen Ihr viel Dunkelheit erlebt habt.
Diese Geschichte war nicht ohne Bedeutung.
Es ist eine Geschichte, in der Ihr mit viel Angst konfrontiert wart und in der die Angst Eure innere Sonne überschattet hat.

Aber nun seid Ihr alle langsam dabei, zu erwachen. Teile von Euch sind schon wieder hier im Licht, aber es gibt immer noch viele Aspekte, die immer noch im Dunkeln liegen, überschattet von Angst und Unsicherheit über Euch selbst.

Ihr könnt diese innere Finsternis mit einem Kind vergleichen, das seine Eltern verloren hat. Ein Teil Eurer Seelen ist dieses einsame, hilflose Kind.
Es hat sich in einer Vergangenheit voller Schmerz verirrt. Aber die Vergangenheit ist keine statische Sache. Zeit ist auf eine gewisse Weise eine Illusion. Nichts ist unwiderruflich in der Zeit verloren. Es gibt keine zugefallenen Türen.
Das hilflose Kind in Euch selbst, das in der Vergangenheit verloren ging, kann wieder gefunden und geheilt werden. Ihr seid seine Eltern, Ihr seid die einzigen, die dieses Kind wertschätzen, wärmen und es wieder zum Leben erwecken können.

Und bei meinem Leben, ich meine wirklich zum Leben. Ihr habt vergessen, was Leben wirklich ist. Ihr seid sehr gut im Überleben, aber richtig zu leben ist soviel sprühender und inspirierender und glücklicher.

Und es ist gerade der Teil in Euch, der es am besten tun könnte, das Kind in Euch, das verloren gegangen ist. Verloren in den Schatten der Vergangenheit. Verloren in einer Anhäufung von Ereignissen, die für das Bewusstsein traumatisch waren; in

all den Zeiten, in denen Ihr hier auf der Erde inkarniert habt, auf einer Ebene, in der sich Eure Seelen von Kindern zu Erwachsenen entwickelten. Ihr kamt sozusagen als Kinder auf die Erde, habt viele eigene Erfahrungen gemacht und viele dieser Erfahrungen nicht völlig verstanden. Jetzt nähern wir uns dem Ende einer bestimmten Zeitspanne, eines gewissen Zyklus' in Eurer Entwicklung und es wird Zeit, über die Erfahrungen, die Ihr nicht verstanden habt, hinauszuwachsen: zu Eltern zu werden. Vater und Mutter Eures eigenen inneren Kindes zu werden. Und das möchte ich, wenn ich über die Macht Eures Bewusstseins rede, besonders deutlich machen: die Kraft in Euch, über dieses verwundete innere Kind hinauszuwachsen.

Das Kind in Euch ist Opfer vieler Erfahrungen, die es nicht richtig verstanden hat. Ich sage Euch, dass Eure tiefste innere Wunde dem emotionalen Zustand eines Kindes gleicht, welches ausgesetzt, verlassen wurde. Einem Kind, das irgendwie von der Sicherheit und den liebenden Armen seines Zuhauses getrennt wurde und das überhaupt nicht weiss, warum und weswegen. In Euch ist ein Kind, das sich verlassen fühlt und schreckliche Angst hat und das nicht den Schimmer einer Ahnung hat, zu verstehen, was ihm geschah. Sein Schmerz reicht zurück in eine sehr vergangene Zeit, der Zeit, als Ihr begannt, Euch vom Gott-gleichen Zustand der Einheit mit Allem zu lösen und Eure Reise als individuelle Seelen anzutreten. (Das wird näher erklärt im nächsten Channeling "Kosmische Geburtssschmerzen")

Irgendwann werdet Ihr verstehen, dass diese Reise Eure eigene tiefste innere Wahl und ein wahrlich göttlicher Schöpfungsakt war. Der tiefe Schmerz, den Ihr gefühlt habt, als Ihr Eure Reise, die Reise der Erfahrungen, alleine angetreten habt, dieser tiefe Schmerz war gleichzeitig ein großer Schöpfungsakt. Denn als Ihr Euch als Seelen von dem Großen Ganzen abgetrennt habt, von Vater-Mutter-Gott, habt Ihr Euch selbst gestattet, eine Menge Dinge zu entdecken, und vieles zu erleben.

Im aktuellen Stadium Eurer Reise, wo es noch immer jede Menge inneren Schmerz gibt, ist nur schwer erkennbar, was die tiefere Bedeutung dieser langen Reise nach Hause gewesen

sein soll.
Aber ich möchte Euch versichern, dass Ihr wunderbare Wesen des Lichts seid, mit großem Mut und großem Vertrauen in den Schöpfer, sonst hättet Ihr diese Reise gar nicht erst begonnen.

Woran ich Euch erinnern möchte, ist das Funkeln des Mutes und der Kreativität und des Lichts in Euch selbst. Fühlt dieses Funkeln in Euren Herzen wieder, verbindet Euch mit ihm. Seid Euch bewusst, dass Ihr die Macht habt, dieses Kind in Euch wieder zum Leben zu erwecken und es singen und spielen zu lassen. Dadurch dass ich Eure dunkle Seite als den Ruf Eures inneren Kindes betrachte, gebe ich Euch eine Perspektive, die Euch einlädt, Euch selbst zu lieben und wertzuschätzen als die Eltern, die Ihr in Wirklichkeit seid.

Ihr begannt die Reise als verlassenes , hilfloses Kind, das alleine im Dunkeln gelassen wurde. Es war die grosse Herausforderung für Euch, diesen Teil Eurer Emotionen kennenzulernen. Dieser Teil von Euch ist der vitalste und ursprünglichste Teil Eurer Selbst, Euer Lebenstrieb an sich. Am Ende Eurer Reise, am Ende Eures Zyklus' immer wieder aufeinanderfolgender Leben, werdet Ihr die Hand Eures inneren Kindes halten und sehen, wie viel Freude, Glück und Begeisterung es zu Euch strahlt. Es wird sich wieder sicher fühlen und wird dadurch seinen wahren Reichtum zeigen können: seine Fähigkeit, intensiv zu fühlen und ganz aus dem Vollen zu leben.

Das Einzige, was es benötigt, um dorthin zu kommen, ist ein Erwachsener, der es bei der Hand nimmt, es wertschätzt und mit seinem Vertrauen inspiriert.
Und genau das ist Eure Aufgabe: Beschützer dieses Kindes in Euch selbst zu sein. Dieses Kind hat Euch viele Schmerzen verursacht, es hat Euch Eure emotionalen Traumata gebracht, aber auf der anderen Seite hält es sein grosses Versprechen: Euch tiefste Quelle für Liebe, Freude und Kreativität zu sein.

Die Zeit ist gekommen. An diesem Zeitpunkt Eurer Geschichte ist es Zeit, die verlorenen Teile Eures Selbst wieder zusammenzusetzen und zu integrieren. Es ist Zeit, wieder die Sonne in Eurem Zentrum zu werden, die Ihr eigentlich seid.

Indem Ihr die Macht Eures Bewusstseins zurückgewinnt, kehrt Ihr nicht einfach nur zur "Situation, wie sie war, als Eure Reise begann" zurück. Sondern Ihr schafft eine völlig neue Wirklichkeit bzw. Bewusstseinsebene. Wenn Ihr Eure eigene Göttlichkeit wieder erkennt, fühlt Ihr Euch, als würdet Ihr endlich nach Hause kommen. Es erweckt in Euch alte Erinnerungen an das wunderbare Gefühl von Einheit und Harmonie, die Ihr einst kanntet.

Aber es ist das erste Mal, dass Ihr diesen Sinn der Einheit ganz und gar aus Eurem Bewusstsein heraus verkörpern werdet, während Ihr in der materiellen Wirklichkeit lebt. Ihr werdet Gott auf der Erde verkörpern. Ihr werdet zu Eurer göttlichen Essenz zurückkehren, ohne Eure Individualität und Eure materielle Form aufzugeben. Das ist das Wunder der neuen Ära: Ein einzelnes Wesen, ein einzigartiges und individuelles Bewusstsein zu sein und zur gleichen Zeit mit allem verbunden zu sein.

(Teilnehmer an der Session haben daraufhin Fragen gestellt)

Frage 1:

Ist die Geschichte von Jeshua nicht im Widerspruch zu der Vorstellung, dass Zeit eine Illusion ist? Hier wird dauernd über eine Geschichte und eine Evolution gesprochen. Also muss es da eine Bewegung gegeben haben, eine Bewegung nach vorn(Erläuterung: Gerrit hatte in seiner Einführung darüber gesprochen, wie alle Erfahrungen in einem großen Moment des Jetzt teilhaben und weiter existieren und dass in diesem Sinne nichts für ewig verloren ist, vgl. auch seine Webseite Life and Consciousness).

Wir haben über eine Vergangenheit und eine Zukunft gesprochen, die wirklich eine Sammlung von Erfahrungen ist, die Ihr in Eurer Seele tragt. Dass wir darüber in chronologischen Begriffen sprechen ist eine Art Werkzeug: es ist eine menschliche Begrifflichkeit, um klarzumachen, dass Ihr Euch in einem Prozess befindet. Ein Prozess hat immer eine Zeitachse.

Gleichzeitig ist aber auch wahr, dass das Bewusstsein, Euer tiefstes Selbst, nicht an Zeit und Raum gebunden ist, genau wie

Euer innerstes Selbst nicht an einen Körper oder die Erde gebunden ist. In der Bewegung hin zu Euch selbst, z.B. wenn Ihr Eure Göttlichkeit wieder findet, übersteigt Ihr sozusagen die Zeit. In diesem Moment ist es egal, ob eine traumatische Erfahrung gestern oder vor einem Jahrhundert oder in welchem Leben überhaupt stattgefunden hat. Die Energie dieses Traumas ist in Eurem Wesen präsent, in der Aura Eures Energiefeldes. In dem Moment, in dem Ihr dieses Trauma heilt, transformiert Ihr damit die Vergangenheit.

Also könnten wir sagen: Die Vergangenheit ist als Energiefeld präsent.
Stellt Euch vor, Ihr seid in der Mitte eines Feldes, das Euch ganz umgibt, das vibriert und durch alles beeinflusst wird, was Ihr mit Eurem Bewusstsein tut. Ihr interagiert mit der Vergangenheit: Das heißt, sie ist nicht starr. In diesem Sinne gibt es keinen Widerspruch, von einer Vergangenheit zu sprechen und andererseits von einem übergreifenden „Jetzt" und „Hier", in dem alles immer noch präsent ist.
In einem anderen Sinne könnt Ihr über die Vergangenheit als eine Anzahl von Erlebnissen, die Ihr angesammelt habt, sprechen. Aber auch diese Vergangenheit ist ein Energiefeld, das immer noch frei zugänglich, so dass Ihr genauso gut sagen könnt, dass alles hier und jetzt ist.

Ich hoffe, das kann Deine Frage einigermaßen beantworten.

2 Kosmische Geburtsschmerzen

Dieses Channeling fand am 23. Mai 2004 in unserer eigenen Praxis in Tilburg statt.

(Nachstehend finden Sie den Text zusammen mit Jeshuas Antworten auf Fragen aus dem Publikum. Der gesprochene Text wurde aus Gründen besserer Lesbarkeit leicht überarbeitet.
Der Text wurde aus dem Englischen ins Deutsche übersetzt von Dorothee Geray.)

Liebe Freunde, ich bin so froh, dass Ihr hierher gekommen seid. Und einige von Euch kamen von so weit her! Ich kenne Euch alle und Ihr seid mir so wertvoll.

Meine Reise ist Eure Reise und ich kenne Eure Sorgen und Schmerzen tief in mir. Deshalb will ich einige meiner Erkenntnisse über diese lange Reise, die Ihr als Seelen angetreten habt, mit Euch teilen.

Ich möchte Euch bitten, zum Beginn dieser Reise zurückzuschauen. Ganz zurück zum Anfang, als Ihr als Seelen in eine Realität hineingeboren wurdet, die Ihr noch nicht kanntet, die völlig neu für Euch war. Ich will Euch zu dem Moment zurückführen, an dem Ihr Eure Reise angefangen habt. Eure Reise durch die Zeit, durch den Raum, durch die Materie. Dieses Ereignis liegt sehr weit zurück, aber die Emotionen, die damit verbunden waren, dieser Schmerz der Trennung von Zuhause, ist in Euch allen immer noch sehr präsent.

Dieser kosmische Geburtsschmerz, so will ich ihn nennen, liegt hinter vielen Eurer alltäglichen Gefühle und Verhaltensweisen.

Viele von Euch sehen sich ständig mit einer gewissen inneren Unruhe und Rastlosigkeit konfrontiert, der quälenden Ahnung, dass Ihr „auf der Suche nach Etwas" seid. Da ist eine innere Spannung, die daher kommt, dass Ihr ***nicht wirklich bei Euch selbst zu Hause seid.*** Ihr fühlt Euch unwohl, nicht daheim in Eurem eigenen Wesen, in Eurer eigenen Essenz.

Aus dieser inneren Grundanspannung entsteht eine Tendenz, im Aussen nach Wertschätzung in Form von Anerkennung durch andere, materiellen Besitz oder was auch immer zu suchen,

damit Ihr endlich das Gefühl bekommt, geliebt und von den anderen beachtet zu werden. Ihr braucht ständig etwas außerhalb Eurer selbst, um Euch rückzuversichern. Etwas, das Euch die innere Anspannung nimmt und Euch sagt: „Ja, Du bist okay".

Schaut, wie häufig Ihr diese Rückversicherung braucht. Dann könnt Ihr Euch ein Bild davon machen, wie stark Ihr tatsächlich angespannt seid und wie viel Schmerz in Euch ist.

Ich möchte Euch etwas über den Ursprung dieses Schmerzes und die darauffolgende Sucht nach äusserer Bestätigung erzählen.

Der wahre Grund ist mit dem Kern einer Zwiebel vergleichbar, der ja von vielen Schichten umgeben ist. Die äußeren Schichten Eures Schmerzes wurden durch bestimmte Geschehnisse in Eurem Leben geschaffen, die Euch dazu brachten, Euch verletzt, unruhig, nicht wirklich zu Hause in Euch selbst zu fühlen. In den inneren Schichten, näher am Zentrum der Zwiebel, liegen traumatische Geschehnisse aus früheren Leben. Von der Perspektive aus, die ich jetzt verwenden will, sind das aber alles nur Triggerpunkte. Wenn Ihr nämlich all diese Schichten entfernt, werdet Ihr den zu Grunde liegenden Schmerz, ein grundsätzliches Heimweh entdecken, das mit dem allerersten Beginn Eurer Reise zusammenhängt.

Stellt Euch Euch selbst als Teil eines Ozeans der Liebe vor, sich sicher und völlig frei von Angst und Sorgen fühlend. Stellt Euch Euch selbst umarmt von diesem alles durchdringenden, alles liebenden Bewusstsein vor und ohne die leiseste Ahnung, dass es etwas ausserhalb davon geben könnte.

Das ist die Energie von Heimat, von zu Hause, die Energie, aus der Ihr geboren wurdet. Um die Art dieses ganz alten Gefühls zu verstehen, stellt Euch das Bewusstsein vor, das Ihr habt, kurz bevor Ihr einschlaft: Wenn der Verstand seine Kontrolle aufgibt und Euer Bewusstsein sehr aufnahmebereit wird. Ihr kennt diesen Zustand in Euren irdischen Leben auch aus der Zeit, als Ihr ein Embryo im Mutterleib wart. Euer Bewusstsein dort weilt in mildem, glückseligem Schlummer und kennt noch

keine klare Unterscheidung zwischen Innen und Außen, noch keinen Gegensatz zwischen „Ich" und „Du". Im traumgleichen Stadium des Bewusstseins als Embryos gibt es nur das unendliche Gefühl von Einheit und Sicherheit.

Im frühen Anfangsstadium, von dem ich sprach, fühltet Ihr Euch als Seelen total geborgen und unbegrenzt im riesigen kosmischen Mutterleib. Doch an einem gewissen Punkt änderte sich das. Ihr erfuhrt eine Art Auseinanderreißen. Es war als würden Geburtswehen Eurer ozeanisches Bewusstsein in Wellen versetzen und Euch aus Eurem tiefen Schlummer aufwecken. Das war der Beginn Eurer Geburt als individuelle Seelen. Da wurdet Ihr von der immerwährenden Einheit, die Euch bis dahin umhüllte, losgerissen. In diesem Moment fühltet Ihr Euch selbst zum ersten Mal als Euch selbst. Der Ansatz eines Gefühls von „Ich" entstand genau in diesem Moment.

Die Erfahrung, auseinander gerissen, von diesem kosmischen Mutterleib getrennt zu werden, verwirrte Euch und machte Euch orientierungslos. Ihr ward völlig ahnungslos, als all das passierte - ohne Wissen, nur erfahrend. Ihr begannt, blind nach etwas zu suchen, woran Ihr Euch halten konntet. Nach einer Möglichkeit, zu der alten Sicherheit, die Ihr so gut kanntet, zurückzufinden. Ihr fühltet Euch verloren. Ihr fühltet Euch ausgesperrt. Es war ein Moment der Dunkelheit.

Dennoch - der Moment, in dem Ihr Euch von Eurer Urquelle getrennt und Euer zu Hause verlassen habt, war gleichzeitig auch ein Moment enormer Kreativität. Es war der Beginn einer grossen Entdeckungsreise, einer grossen Lebensreise.

Stellt Euch einen dunklen leeren Raum vor, fremd, riesig und namenlos, der da vor Euch lag. Ihr tratet in diesen Raum als kleine Setzlinge ein. In diesen Raum, der voller Möglichkeiten, voller neuer Erfahrungen, die bisher noch keiner gemacht hatte, war. Da war viel Dunkelheit, aber da war auch Raum für etwas Neues.

Viele dieser Gefühle, die Ihr am Anfang Eurer kosmischen Reise hattet, könnt Ihr mit dem Bild des hilflosen, verlassenen Kindes in Euch selbst, von dem ich das letzte Mal gesprochen habe

(vgl. Die Macht Eures Bewusstseins) vergleichen. Es sind die Emotionen eines neugeborenen Babys, das sich an eine fremde, kalte Realität gewöhnen muss, die so gar nichts gemein hat mit dem halbbewussten Schlummerzustand, in dem es sich vorher befand. Das Bild vom verlassenen, weinenden, hilflosen Kind erklärt die tiefen inneren Verletzungen, mit denen Ihr Eure Reise begonnen habt.

Während dieser Reise habt Ihr eine Menge erlebt. Ihr seid in viele verschiedene Formen geschlüpft, habt viele verschiedene Körper bewohnt und schließlich seid Ihr hier angekommen, auf diesem Planeten: der Erde. Die Erde ist ein Platz voller Kreativität und vieler Möglichkeiten. Und doch, trotz all dieser Möglichkeiten und der Tiefe und des Reichtums Eurer Erfahrungen, fühlt Ihr Euch immer noch heimatlos.

Da ist ein Gefühl des Mangels tief in Euch,wie wenn etwas fehlen würde, etwas Wichtiges, das erforderlich ist, damit Ihr Euch wohl fühlt. Was Euch fehlt, ist das tiefe Gefühl von Liebe und emotionaler Sicherheit, das Ihr einst im kosmischen Mutterleib erfahren habt. Dieses bedingungslose Gefühl von Zugehörigkeit und Sicherheit ist unentbehrlich für Euer Wohlbefinden, für Euren Selbstausdruck und Euer Selbstwertgefühl.

Und Ihr sucht es, seit Ihr Euer zu Hause verlassen habt. Ihr versucht schon seit langer, langer Zeit Euren kosmischen Geburtsschmerz zu heilen.

Ich möchte Euch jetzt fragen, ob Ihr tief in Eurem Bewusstsein diese erste Wunde, die damals entstand, als Ihr Eure Heimat verlassen habt, erkennen könnt. Könnt Ihr in Eurer eigenen Psyche das Gefühl finden, von einem grossen Ganzen weggerissen zu werden? Von einer ganz starken Einheit, Ganzheit, die Ihr mit Eurem Verstand nicht erklären könnt, an die Ihr Euch aber, im Grunde Eures Herzens erinnern könnt und von der Ihr wisst, dass Ihr einst ein Teil davon wart.

Indem Ihr Euch diesem ursprünglichen Geburtsschmerz zuwendet, indem Ihr Euch der tiefen Gefühle, die er in Euch hervorrief, bewusst werdet - der Einsamkeit und dem Heimweh, die Ihr immer wieder bis zum jetzigen Moment gefühlt habt -

könnt Ihr den Prozess der Heilung beginnen. Ihr könnt anfangen, Euch selbst zu heilen auf der alleruntersten möglichen Ebene. Dort seid Ihr endlich im Zentrum Eures Schmerzes.

Alle von Euch, sei es hier oder beim Lesen dieses Texts, seid im Begriff, auf eine neue Stufe des Bewusstseins zuzugehen. Ihr versucht, ein inneres Fundament von Sicherheit und inkonditionierter Liebe für Euch selbst zu schaffen. Ihr versucht, die Gefühlsstimmung des kosmischen Mutterleibes wiederherzustellen - durch Euch selbst und für Euch selbst.

Das ist Eure Mission, Euer spirituelles Ziel. Sobald Ihr Euch klar werdet, dass Euer zu Hause in Euch ist, dass Ihr ein Stückchen der göttlichen Sicherheit und Einigkeit in Eurem Innersten tragt, dann werdet Ihr endlich Frieden finden und Euch in das hineinentspannen, was Ihr seid. Dann braucht Ihr keine Anerkennung von aussen mehr. Natürlich fühlt Ihr Euch gut, wenn Ihr Anerkennung und Aufmerksamkeit bekommt, aber Ihr hängt nicht mehr davon ab.

Das Eintreten der Neuen Ära hängt sehr davon ab, dass viele Individuen den tiefen Schmerz in ihrem Inneren erkennen und sich trauen, ihn offenherzig anzuschauen. In dieser Phase Eurer Entwicklung ist es Zeit, sich nicht nur die Schmerzen und Traumen anzusehen, die in Eurem aktuellen Leben aufgetaucht sind und vielleicht auch in den Lebenszeiten davor, sondern noch einen Schritt tiefer zu gehen und sich dem ursprünglichen Schmerz zu stellen. Sobald Ihr diesen Schmerz bewusst erkennt und Euch mit Eurem Herzen erinnert, seid Ihr bereit, Euch seiner anzunehmen. Dann könnt Ihr dieses neugeborene kosmische Kind, das immer noch nach Hilfe schreit, in Euren Arm nehmen. Es ruft Euch inmitten Eurer negativen Emotionen von Angst, Wut und Verzweiflung.

Ein Weg, um zu lernen, wie Ihr mit diesem ursprünglichen Schmerz umgehen könnt, ist, die Ebene Eurer Beziehungen anzuschauen.

Oft versuchen sich die Menschen von ihren tiefsten Gefühlen der Einsamkeit und Angst mit Hilfe von intimen Partnerschaften

zu befreien. Was sie versuchen, ist, ihre innere Leere mit der Energie eines anderen zu füllen. Die Anerkennung, Aufmerksamkeit und Zuwendung des anderen lindert ihren Schmerz.

Sie übergeben quasi ihr verletztes inneres Kind dem Partner. Das ist ein sehr gefährliches Spiel. Früher oder später wird der Partner von jemand Anderem emotional abhängig. Die anfänglichen Gefühle von Liebe und Verbundenheit werden zu subtilen oder weniger subtilen Machtspielen.
Immer, wenn Ihr von Jemandem abhängig seid, der Euch lieben und schützen soll, stehlt Ihr ihm oder ihr Energie, um sie für Euch selbst zu verwenden, und das führt letztendlich immer zu Kampf und Konflikt. Dann fühlt Ihr Euch noch viel einsamer als je zuvor. (Siehe auch das Channeling "Beziehungen in der Neuen Ära".)

Oft glaubt Ihr, dass Einsamkeit bedeutet, zu wenig Freunde oder keinen Lebenspartner zu haben. Und dass die Lösung also darin läge, neue Freundschaften oder Liebesbeziehungen zu beginnen. Aber wenn Ihr so denkt, glaubt Ihr immer noch, dass die Ursache Eurer Schmerzen und Ihre Heilung ausserhalb von Euch zu finden sind.
Wenn Ihr so Eure Beziehungen beginnt, ist sehr wahrscheinlich, dass Ihr den Anderen für Eure inneren Wunden verantwortlich macht und Euch selbst als Opfer seht. Wenn Ihr jemand Anderen benutzt, um Eure innere Leere auszufüllen, beraubt Ihr Euch von Anfang an Eurer eigenen Kraft.

Die Ebene der intimen Beziehungen kann Euch den kosmischen Geburtsschmerz, den Ihr in Eurem Inneren tragt, sehr deutlich machen. Macht Euch klar, wie oft in Eurem Leben Ihr meint, die Anwesenheit einer anderen Person zu brauchen. In Wirklichkeit ist es jedes Mal das Signal Eures Inneren, damit Ihr es anschaut und dort Euer hilfloses inneres Kind findet.

Die Lösung für Eure Einsamkeit liegt genau darin: den Blick nach innen zu wenden und Euer wundervolles, inneres Kind, das all Eure emotionale Bürde trug, liebevoll zu umarmen. Sobald Ihr Euch dieses Kindes annehmt, Euch mit ihm verbindet und ihm liebende Eltern seid, befreit Ihr auch gleichzeitig all Eure Beziehungen. Erst dann könnt Ihr wirklich freie und

unabhängige Beziehungen zu anderen Menschen aufbauen.

Frage 1

Manchmal fühle ich eine sehr kraftvolle Energie in mir selbst; ist das meine wirkliche Kraft, ist es Liebe oder etwas anderes?

Wenn wir von der Kraft in Euch selbst sprechen, die Euch zur Verfügung steht, kann das zu Missverständnissen führen. Denn häufig assoziiert Ihr Kraft mit Macht, mit etwas Majestätischem, etwas Explosivem, einer beherrschenden Sache.

Die wirkliche Stärke in Euch selbst ist eine Stärke, die Ihr alle in den stillen Momenten, in der Ruhe kennt. Wenn alles in Euch sich entspannt, wenn alle Gedanken und Gefühle wie Blätter auf den Boden fallen und alles still ist, dann kann sich in Euch eine Sicherheit entwickeln, ein Wissen darum, wo Ihr seid und wo Ihr hingeht. Dieses Wissen nennen wir innere Kraft. Dieses Wissen und diese Sicherheit hängen stark damit zusammen, dass Ihr mit Eurer Quelle, mit dem, Wer-Ihr-Seid, in Verbindung steht. Wenn Ihr mit Eurem Kern in Verbindung steht, zweifelt Ihr nicht an Euch selbst. Ihr wisst, dass Ihr seid, wer Ihr seid und dass es da nichts zu zweifeln gibt: dass es keinen Standard außerhalb von Euch selbst gibt, an dem Ihr Euch messen müsstet, dass Ihr einfach seid, wer Ihr seid, mit all der Stärke und Schönheit, die zu Euch gehören.

In solchen Momenten inneren Kontakts, inneren Wissens, gibt es nur wenig Gedanken und Gefühle. Da ist nur dieser starke Sinn des Daseins und Wissens.

Und dieses Gefühl hat ebenfalls seinen Sitz im Bauch. Es ist ein Gefühl, das aus Eurem Kern kommt und das unterhalb Eurer Gedanken und Gefühle vorhanden ist. Es ist die ruhige, aber große Stärke, die in Euch allen lebt. Das ist Eure direkte Verbindung zu Gott, und gleichzeitig zu Eurem tiefsten Sein.

In Eurem eigenen, wesentlichen, göttlichen Kern seid Ihr total unendlich, nicht an einen Körper oder Charakter, Euren Namen, Euer Geschlecht etc. gebunden.

Wenn Ihr in Kontakt damit seid, dann seid Ihr Euch des wahren

Seins bewusst. Alles ist offen. Und doch ist es auch einzigartig. Das seid Ihr, was da ist.

Frage 2

Wie kann man in einer Beziehung wissen, ob man ungelöste Teile seiner selbst einbringt (die man mit sich selbst klären sollte) oder ob man wirklich an der Beziehung arbeitet?

Wenn Ihr fühlt, dass in Eurer Beziehung mit dem Anderen Gefühle der Furcht auftauchen, ist es an der Zeit, sehr wachsam zu sein. Denn wenn da Angst ist, ist das ein Zeichen, dass Du den Impuls verspürst, etwas zu ändern oder Dich an etwas zu klammern oder etwas in eine bestimmte Richtung zu steuern.
Gefühle der Angst sind immer ein Zeichen, dass Du befürchtest, einen Teil von Dir selbst zu verlieren. Aber Du kannst nie etwas von Dir verlieren, ohne dass Du dafür die Erlaubnis gibst. Es ist nicht so, dass der andere Dir etwas wegnehmen will. Du selbst bist es, der diese Angst vor dem Verlust erschafft.

Beziehungen sind sehr häufig eine Mischung aus reiner Liebe, in der Ihr den anderen frei sein lasst und so akzeptiert, wie er ist, und Gefühlen der Furcht, in der Aspekte von Macht und Abhängigkeit eine Rolle spielen.
Um Euch klarzumachen, ob Ihr Eure unterbewussten Wunden unbewusst eine Rolle in Euren Partnerschaften spielen lasst, ist es sehr wichtig, sich der Momente bewusst zu sein, in denen Ihr in der Beziehung Angst verspürt.

Um es anders zu sagen: wenn Ihr bemerkt, dass Ihr, in einem Konflikt mit dem anderen, aus einer inneren Angst heraus reagiert, die nichts damit zu tun hat, was der andere sagt oder tut, dann übernehmt die Verantwortung für diese Angst: erkennt sie als etwas, das zu Euch gehört und mit dem anderen nichts zu tun hat.

Wendet Euer Bewusstsein Euch selbst zu und schaut Euch an, welcher Schmerz da in Euch ist und gebt Euch selbst, was Ihr braucht. Seht es als ein Problem an, das nur Ihr lösen könnt und müsst.

Das soll auf keinen Fall bedeuten, dass Ihr die Beziehung beenden oder alleine leben sollt. Es bedeutet einfach, Klarheit in die Beziehung zu bringen. Wenn Ihr die Verantwortung für Eure eigenen (negativen) Gefühle übernehmt, dann könnt Ihr diese Gefühle dem anderen leicht und offen mitteilen.

Wenn der andere Euch den Raum gibt, den Ihr dafür braucht, bedeutet das, dass die Beziehung ein gutes Fundament hat, um in eine heilende Beziehung hineinzuwachsen.

Ich habe es auch schon zuvor gesagt, was das Ziel einer Liebesbeziehung nicht ist: die Wunden des Anderen zu heilen. Aber eine Beziehung, in der beide Partner Verantwortung übernehmen und sich selbst als unabhängige Individuen wahrnehmen, wird eine heilende Wirkung haben. Gegenseitige Liebe hat eine heilende Wirkung.

In einer Liebesbeziehung lieben und respektieren sich die Partner. In einer solchen Beziehung spiegelt auch der Andere Aspekte Eurer selbst wieder. Die Liebe, die Ihr selbst gebt, wird durch die Gegenwart der anderen Person vervielfältigt und genährt. Das ist eine inspirierende Eigenschaft.

Der maßgebliche Punkt hierbei ist nicht, dass Du vielleicht keine Heilung durch den anderen bekommen wirst, sondern dass Du nicht abhängig davon wirst.

Und wenn Du fühlst, dass Deine Ängste hochkommen – auch in der Form von Eifersucht, Wut, Enttäuschung, Erwartungen – dann sei wachsam und achte auf die zugrunde liegende Wunde bzw. den Schmerz in Dir, der im Wesentlichen Deiner eigenen Verantwortung unterliegt. Der Andere kann sicherlich durch sein Verhalten diesen Schmerz auf bestimmte Weise hervorrufen, aber es ist von großer Bedeutung, dass Du Dich selbst nicht zu einer Opferrolle verführen lässt. Erkenne diesen Schmerz als Deine eigene Schöpfung. Das ist Meisterschaft.

Frage 3

Auf dem Weg zu dieser Wunde, zu diesem tiefen Schmerz in unserem Inneren, begegnet man häufig der Wut über das

Warum. Ist das vielleicht die Frage danach, wieso dieses ganze Auseinanderreißen überhaupt stattfinden musste? Kannst du etwas über diesen Zorn sagen?

Der Ärger, den Du in diesem Zusammenhang verspüren magst, ist ein Ärger über das Leben selbst. Zorn über den Geburtsschmerz, der ja bedeutet, dass Du zornig bist, weil Du durch dieses Gefühl des „Auseinandergerissenseins" gehen musstest, ist im Endeffekt eine Manifestation der Hilflosigkeit. Du fühlst Dich so klein und allein und verletzlich und Du hast den Eindruck, dass Dir etwas sehr Ungerechtes widerfahren ist. Du hast das Gefühl, dass Du so eine dunkle, schwierige Reise einfach nicht verdient hast.

Das Problem ist, wenn Du diesen Ärger empfindest, dann bist Du selbst auf einem Level, auf dem Du immer noch das verlorene Kind bist, das Kind das sich verirrte und keinen Ausweg findet. Dieses Kind ist immer noch da. Aber auf diesem Level wirst Du keine Antworten finden. Es ist wirklich nicht mehr als angemessen, dass dieses Kind total wütend ist: es versteht überhaupt nicht, was da vorgeht.

Die Antwort auf diesen Ärger liegt auf einer anderen Ebene des Bewusstseins. Denn Ihr seid mehr als dieses verlorene Teil in Euch. Da gibt es eine Ebene in Euch, auf der Ihr fühlen könnt, dass Ihr mehr seid als dieses verlorene, machtlose Kind.

In diesem Bereich Eures Bewusstseins, in dem Ihr dieses Kind wahrnehmen könnt, seid Ihr mehr als dieses Kind. Dort, wo Ihr den Schmerz mit Eurem Bewusstsein annehmt, lasst Ihr es in Ruhe und umarmt es. Und dadurch verwandelt Ihr dieses Thema. Ihr seid mehr als der Schmerz.

Es wird sogar möglich sein, zu erkennen, dass in Eurer Geburt und Eurer Reise durch Zeit, Raum, Illusion und Dunkelheit (Ignoranz) ein tieferer Sinn liegt.

Es ist unmöglich, diesen Sinn mit dem Verstand zu erklären. Es ist etwas so Tiefes, Ihr könnt es nur von diesem ruhigen, friedvollen Ort der Kraft, über den wir schon gesprochen haben, aus verstehen, aus diesem ruhigen Wissen heraus, das Gedan-

ken und Gefühle übersteigt.

Wir wollen Euch bitten, an diesen Ort zu reisen und zu fühlen, dass es da eine Ebene in Euch gibt, auf der Ihr damit einverstanden wart, auf diese Reise zu gehen und diesen Schmerz zu ertragen. Auf diesem Abschnitt der Reise ist es nur schwer zu verstehen, welch reiche Ernte Eure Reise Euch bringen wird. Vielleicht können wir es im Wege einer Metapher klarmachen.

Stellt Euch der Urzustand Eures Daseins, aus dem Ihr kommt, als eine weiße Wolke vor, eine flauschige Wolke, in der alles miteinander verbunden ist. Alles ist weich und Eins, aber auch ein bisschen blass in der Farbe. Den Moment, an dem Ihr aus diesem Urzustand herausgefallen seid, als eigenständige Wesen, auf Eurem Weg durch den leeren Raum, könnt Ihr Euch so vorstellen, wie wenn kleine Samenkörner aus dieser Wolke auf den Boden herabfallen. Die Samen gediehen und aus ihnen wurden Pflanzen und Blumen. Eure Reise durch das Neue und Unbekannte ermöglichte das Gedeihen von Dingen in der Schöpfung (die Summe von Allem, Was Ist), die vorher nicht möglich waren, die nicht existierten und die man sich noch nicht einmal vorstellen konnte.

Um wahre Kreativität zu ermöglichen, braucht Ihr ein eigenständiges Bewusstsein, dass sich als getrennt von anderen Wesen begreift. Nur dann kann es da einen Unterschied geben. Wenn alles eins und miteinander verbunden ist, dann führt das dazu, dass alles starr wird. Wenn es Unterschiede gibt, kann die Verschiedenheit gedeihen.

Das Ziel Eurer Reise könnt Ihr Euch als einen Garten, der in voller Blüte steht, mit vielen verschiedenen Blumen und Pflanzen, die zusammen ein verbundenes Ganzes bilden (auf physikalischer und spiritueller Ebene), vorstellen. Vergleicht die Verschiedenartigkeit und den Reichtum dieses Bildes mit dem Bild von der Urwolke; die etwas farblose Wolke, die eine ursprüngliche Situation von Sicherheit in sich barg, aber auch eine Art Eindimensionalität, eine gewisse „Flachheit". Es ist sehr schwierig, das gut auszudrücken.

Sobald Ihr anfangt, den „Geburtsschmerz" in Euch selbst zu

heilen und Euren Zorn darüber loszulassen, dann könnt Ihr erfahren, welche Schönheit in Euch heranreift. Und das – die Erfahrung dieser Schönheit und dieses Reichtums – ist die eigentliche Absicht Eurer Reise. Das Dunkel ist dann nicht länger sinnlos, sondern es wird als etwas wahrgenommen, das einen wertvollen Beitrag zur Schöpfung erbringt.

Es ist schwierig, das von einem Blickwinkel, der „über" dieser Erfahrung steht, zu erklären. Es muss erfahren werden, dass Dunkelheit und Schmerz schöpferische Kräfte sein können. Das wird Euch dann möglich sein, wenn Ihr anfangt, die Dunkelheit als etwas, was ist, anzunehmen, ohne dagegen anzukämpfen oder sie von Euch wegschieben zu wollen.

Sobald Ihr so etwas wie Ärger empfindet, ist es wichtig für Euch, diese Gefühle vollständig anzunehmen und dann zu diesem ruhigen Zentrum in Euch selbst zu gehen, über das wir schon früher gesprochen haben. Es kann hilfreich sein, die Natur zu besuchen, oder eine andere inspirierende Umgebung, in der Ihr die Stille atmen könnt, wie sie war. In dieser Stille wird sich Euer Ärger auflösen, ohne dass Ihr ihn wegschieben müsst.

Frage 5

Manchmal werde ich so wütend und bin nicht in der Lage, es auszudrücken. Der Zorn wendet sich dann gegen mich. Wie kann ich lernen, das auszudrücken oder diese Energie für etwas Konstruktives einzusetzen?

In Euren Beziehungen mit anderen Leuten staut Ihr Euren Ärger in Euch an und zeigt den anderen erst Eure netten Seiten.

Jede Person braucht eine Balance zwischen Geben und Nehmen. Der gebende Teil der Person ist der Teil, von dem aus sie mit anderen kommuniziert, und ihre Energie für den anderen gebraucht. Der empfangende Teil ist der Teil, mit dem sich eine Person von der anderen unterscheidet, sich ihren Raum nimmt und in der Beziehung „Ich" sagt.

Für Dich heißt das, dass Du viel leichter den gebenden Teil

zeigst, durch den Du für den anderen auf liebevolle Weise da bist. Aber wenn diese liebevolle Anwesenheit nicht richtig aufgenommen wird, hast Du Probleme damit, Deine Energie zurück zu nehmen, „Ich" zu sagen und Deinen eigenen Raum zu beanspruchen. Und das führt zu jeder Menge Frust und Enttäuschung.

Du musst lernen, Dich selbst in den Vordergrund zu stellen. Es ist notwendig, dass Du Deine Unterscheidungskraft dafür einsetzt, zu fühlen, ob „Geben" in bestimmten Situationen angemessen ist. Es sollte keine Selbstverständlichkeit sein.

Ihr müsst zu einer tiefen inneren Balance zwischen Geben und Nehmen kommen. Deswegen ist es auch so wichtig für Euch, einen Weg zu finden, diesen Ärger auszudrücken und rauszulassen. Dieser Ärger erzählt Euch etwas über Eure innere Kraft, Eure Vision, Eure Originalität. Zorn ist nicht nur eine negative Energie, ursprünglich ist es eine kreative Energie, die sich angestaut hat und in dieser blockierten Verfassung wird sie zu Problemen führen.

Was Dir gut tun kann, ist, diesen Ärger zu kanalisieren oder ihn in kreative Energie umzuwandeln. Denn Du hast eine Menge kreativer Energie in Dir und wenn Du ihn voll zum Ausdruck kommen lässt, wirst Du ohnehin mehr Raum für Dich schaffen. Mehr Raum für Dich, Deine Bedürfnisse und Wünsche.
Es ist wichtig, dass Ihr es wagt, Euch durchzusetzen.

Frage 6

Ich habe noch eine Frage zum Thema Liebe. Manchmal fühle ich diese Stille in mir, über die Du gesprochen hast. Aber auch so eine endlose Liebe für alles um mich herum. Nunja, nicht immer, aber manchmal. Woher kommt das?

Du hast die Fähigkeit, von Deinem Herzen aus sehr weit hinauszureichen und dich sehr stark mit „allem" verbunden zu fühlen. Es ist ein spirituelles Wissen um die Einheit aller lebenden Dinge. Woher kommt das? Es ist eine seelische Erinnerung an eine Wirklichkeit, die das Körperliche übersteigt und es ist die Grundlage jeder Schöpfung bekannter Realität. Es ist ein

mystisches Gefühl.

Und doch ist es auch sehr wichtig für Dich, zu lernen, diese Energie wieder zu reduzieren, sie in Richtung Erde zu kanalisieren. Und damit meine ich, dass Du diese Energie ganz ruhig mit der Erde verbinden musst.

Diese kosmische Energie fließt durch Deine höheren Chakren in Dich hinein und bringt eine Intensität mit sich, die, wenn sie zu den unteren Chakren fließt, eine gewisse Unruhe erzeugen kann. Dann leidest Du an einem Überfluss an Energie, der zu Ruhelosigkeit führt. Deswegen ist es wichtig, diese spirituelle Inspiration in das alltägliche Dasein, den Rhythmus der Erde, zu übersetzen.

Die Natur kann Dir dabei helfen, diese Balance zu finden. In der Natur findest Du eine grundlegende Stille und einen Rhythmus, der Dir helfen kann, ruhig zu werden.

Mit einer guten Verbindung zur Erde kannst Du diese spirituelle Energie harmonisch in Dein tägliches Leben integrieren und sie auch mit anderen teilen.

Frage 7

Ich war sehr kreativ in meinem Leben und bin dabei immer auf Widerstand gestoßen. Aber seit ich mich auf dem kreativen Weg befinde, ist alles viel leichter. Aber gleichzeitig befürchte ich, und darum geht es auch in meiner Frage, dass ich zuviel Einfluss auf andere haben könnte. Ich fühle mich für die Auswirkungen dessen, was ich tue, verantwortlich (vor allem in meinem Beruf) und das ängstigt mich. Wie gehe ich damit am besten um?

Du vertraust Deiner eigenen Kraft nicht. Deine wahre Stärke besteht darin, Dich Deiner Intuition zuzuwenden, was Du wirklich gut kannst. Handle aus diesem tiefen inneren Wissen heraus und dann lass los. Denke nicht, dass Du immer noch daran festhalten oder es kontrollieren musst. Die Kraft, um es loszulassen, kannst Du dadurch entwickeln, dass Du Dir klarmachst, dass Du nicht für alle Konsequenzen Deines

Handelns verantwortlich bist. Deine Verantwortung besteht darin, eine Entscheidung aus Deinem tiefsten Gefühl von Wahrheit heraus zu fällen. Was dann geschieht, ist nicht mehr Deine Angelegenheit. Wie sie sich in der Welt entwickeln wird und wie Menschen auf sie reagieren werden, ist in erster Linie eine Frage ihrer freien Wahl.
Und es steht Dir nicht zu, das lenken zu wollen.

Du bist nicht daran gewohnt, Deine eigene Stärke so klar zu zeigen. Da ist ein gewisser Selbstzweifel und ein Gefühl der Minderwertigkeit aus der Vergangenheit, die Dich zurückschrecken und denken lassen: kann ich das machen, darf ich wirklich so stark sein? Steht es mir zu, mein Licht leuchten zu lassen, darf ich wirklich eine klare Vorstellung davon haben, wie ich die Dinge will und was benötigt wird?

Es geht darum, dass Du Dir das alles gestattest. Und Du kannst diese Zweifel, die in Dir hochkommen, dann als alte Energien, die Dich zurückhalten, erkennen. Diese Zweifel sind nicht etwa ein „wertvolles Gegengewicht", das Dich im Gleichgewicht hält, sondern eine energetische Sperre, die Dich daran hindert, Dein volles kreatives Potential auszuschöpfen.

Frage 8

Vor einiger Zeit kam ganz plötzlich eine Art von Liebe über mich. Wo kommt so was her?

In diesem Moment öffnete sich ein Tor in Deinem Herzen, das Dir einen Zugang zu einem Teil von Dir verschaffte, der alt und gleichzeitig neu ist. Du bist durch einen kraftvollen spirituellen Impuls in Deinem Leben motiviert. Du fühlst Dich auf Deinem spirituellen Pfad sehr stark vorangetrieben und aus diesem Antrieb heraus besteht da ein Wunsch, Dein ganzes Potential zu verwirklichen. Aus diesem Wunsch heraus hast Du diese Erfahrung in Dein Leben gerufen.

Dieser Wunsch war da schon seit langer Zeit und wirkt sich auf Dich auf vielfältige Weise aus.

Die Erfahrung, auf die Du hier Bezug nimmst, hat Dich mit

einer tieferen Schicht Deines Selbst in Kontakt gebracht. Es war Dein Herz, das sich für ein neues Bewusstsein der Realität geöffnet hat, das für uns alle möglich ist. Es ist ein Bewusstsein, von dem aus das Leben viel mehr aus einem Gefühl der inneren Harmonie, des Respekts für alle Lebewesen, heraus erfahren wird.
Auch für Dich (Jeshua nimmt Bezug auf eine früher gestellte Frage) kann diese Inspiration sehr intensiv sein.

Ihr könnt Eure spirituelle Erfahrung als das Resultat dessen betrachten, wie oft Ihr Euch von innen heraus weiterentwickelt habt. In dieser Erfahrung selbst geschah etwas Energetisches im Zentrum Deines Herzens. Die Öffnung, die sich formte, macht Dich empfänglicher für alle Arten von Energien um Dich herum, aber gleichzeitig auch stärker.

Mit stärker meine ich, Du bist leichter in der Lage, mit Energien, die nichts mit Dir zu tun haben, die nicht zu Dir gehören, umzugehen. Empfindungsfähigkeit geht nicht immer Hand in Hand mit Verletzbarkeit.
In Dir hat sich eine Sensibilität entwickelt, die auch eine große Stärke in sich trägt. Es ist wichtig, sich klarzumachen, dass es seine Zeit braucht, damit diese Energie auf der Erde Wurzeln schlagen kann, um damit alle – irdischen – Belange Eures Lebens zu durchdringen. Es ist wichtig, dem Rhythmus der Erde zu vertrauen und zuzulassen, dass sich die Dinge in der Reihenfolge entwickeln, in der sie sich Euch zeigen.

Es wird von alleine zu Dir kommen. Du brauchst nicht hart dafür zu arbeiten.

Frage 9

Ich habe das Gefühl, dass ich es nicht alleine tue, dass da nicht-körperliche Energien um mich herum sind. Was kann ich damit anfangen?

Laß Deine Zweifel los und Deiner Vorstellungskraft freien Lauf.

Die nicht-körperlichen Energien, die Euch den Weg weisen, sind für Euch alle immer präsent. Aber da gibt es viele Ebenen, auf

denen Ihr Euch dem widersetzt: Euer Verstand, aber auch bestimmte Gefühle.

Ihr fragt Euch ständig: soll ich daran glauben oder nicht, ist es wahr oder nicht wahr?
Mein Ratschlag ist: lasst Eurer Vorstellungskraft einmal völlig freie Hand für eine Phantasie (Visualisierung), in der Ihr mit solchen Energien oder Wesen um Euch herum Kontakt aufnehmt. Fragt sie, wer sie sind und was sie Euch zu sagen haben. Und fragt Euch nicht, ob Ihr Euch das alles nur einbildet, und ob das nicht vielleicht einfach nur Schwachsinn ist. Stellt diese Frage einfach zurück. Und erst, wenn diese Visualisierung beendet ist, wenn Ihr damit fertig seid, „herumzufühlen" und „zu phantasieren", dann erklärt es Eurem zweiflerischen Selbst und fragt Euch, ob es wohl wahr ist. Aber habt den Mut, die Realität solcher Energien erst mal in Euer Herz einzulassen und sie erst später zu beurteilen. Tretet also nicht zu früh auf die Bremse!

Aber was bringt mir das? Was kann ich damit anfangen?

Du brauchst gar nichts damit anzufangen. Es ist einfach da. Es ist Teil Deiner Realität. Du fragst Dich auch nicht, warum die Bäume da sind, oder das Wasser oder der Himmel. So solltest Du das auch sehen. Es ist eine ganz natürliche Sache, diese helfenden Energien um Dich herum.

Wenn Du das Gefühl hast, dass Du sie gerne kennenlernen möchtest, dann tu das. Aber da gibt es keine Verpflichtung, alles ist frei und offen. Ja, es ist genauso gut, nichts zu erwarten, kein konkretes Ziel vor Augen zu haben.

Denn dann kannst Du diese Energien offen und frei kontaktieren und sie können Dich mit ihrem Sinn für Humor, ihrer Liebe und ihrer Weisheit überraschen.

3 Die Fallen auf dem Weg Heiler zu werden

Liebe Freunde, es ist mir ein Vergnügen und eine große Freude, euch an diesem Ort willkommen zu heißen, an dem ihr euch versammelt habt, um mir als eurem alten Freund zuzuhören. Ich bin Jeshua. Ich war während meines Erdenlebens als Jesus unter euch. Ich war Mensch und weiß Bescheid über alles, was ihr als menschliche Wesen in einem Erdenleib und einem Erdenleben durchmacht. Und ich bin jetzt hier, um euch besser verstehen zu helfen, wer ihr seid.

Alle, die ihr hier versammelt seid, und viele von denen, die diesen Text später lesen werden, sind Lichtarbeiter. Ihr seid Lichtengel, die vergessen haben, wer sie wirklich sind. Ihr alle seid auf eurer Erdenreise während eurer vielen Leben durch zahlreiche Herausforderungen gegangen. Und ich kenne diese Herausforderungen von innen.

Ihr seid nun an einem Punkt in eurer Seelengeschichte angelangt, an dem ihr einen Zyklus von mehreren Leben vollendet. An diesem Punkt verbindet ihr euch mehr und mehr mit dem größeren Selbst, das ihr eigentlich seid, nämlich dem Selbst, das von Zeit und Raum unabhängig ist. Ihr seid dabei, euer größeres, immaterielles Selbst in euer irdisches Sein, in euren Alltag zu integrieren.

Ihr findet es immer noch schwierig, eine dauerhafte Verbindung zu eurem größeren oder höheren Selbst zu halten, weil ihr vergessen habt, dass ihr in Wahrheit diese große Lichtquelle seid. Dennoch habt ihr alle diese Reise ins Innere begonnen, und während dieser Reise habt ihr den Drang oder sogar den Ruf gespürt, anderen auf dem Weg zu innerem Wachstum und zur Selbst-Wahrnehmung zu helfen. Es ist völlig natürlich, besonders für Lichtarbeiter, die eigenen Einsichten und Erfahrungen mit anderen teilen zu wollen. Ihr seid alle geborene Lehrer und Heiler.

Von dem Augenblick an, in dem ihr es auf euch nehmt, als Lehrer oder Heiler andere zu führen, seid ihr in Gefahr, in

gewisse Fallen zu tappen. Diese Fallen resultieren aus bestimmten Missverständnissen darüber, was es bedeutet, andere spirituell anzuleiten. Das rührt von falschen Vorstellungen über den Vorgang des Heilens und über deinen Part als Heiler her. Über diese Fallen will ich heute sprechen.

Was ist Heilen?

Was ist die Essenz des Heilens? Was passiert, wenn jemand „gesund wird", ob auf der psychologischen, emotionalen oder physischen Ebene? Was da passiert, ist, dass dieser Mensch wieder in der Lage ist, sich mit seinem inneren Licht, mit seinem größeren Selbst zu verbinden. Diese Verbindung hat einen heilenden Effekt auf alle Schichten des Selbst – auf die emotionale, physische und mentale Ebene.

Was jeder bei einem Heiler oder Lehrer sucht, ist ein energetischer Raum, der ihm ermöglicht, sich wieder mit seinem eigenen inneren Licht, dem Teil von sich, der weiß und versteht, zu verbinden. Der Lehrer oder Heiler kann diesen Raum bieten, denn er hat diese Verbindung im Inneren bereits hergestellt. Der Heiler hat eine Frequenz, eine energetische Schwingung zur Verfügung, die die Lösung für das Problem seines Klienten enthält. Heiler oder Lehrer zu sein, heißt: Du trägst in deinem Energiefeld die energetische Frequenz der Lösung und bietest sie einem anderen an. Das ist es, nichts anderes.

Im Grunde ist dies ein Vorgang, der ohne Worte oder Handeln stattfinden kann. Es ist allein die Energie, die du als Heiler oder Lehrer hast, die die heilende Wirkung ausübt. Deine erleuchtete Energie eröffnet die Möglichkeit für jemand anderen, sich daran zu erinnern, was er/sie schon weiß, nämlich sich an sein inneres Licht, an seine Intuition anzuschließen. Diese Erinnerung, diese Verbindung bringt die Heilung. Alle Heilung ist in Wirklichkeit Selbstheilung.

Heilen oder Lehren hat also tatsächlich nichts mit bestimmten Fertigkeiten oder bestimmten Kenntnissen, die aus Büchern oder in Seminaren gelernt werden könnten, zu tun. Die Kraft zu heilen, kann nicht durch etwas Äußeres erworben werden. Es geht um die „Frequenz der Lösung", die in deinem eigenen Energiefeld als ein Ergebnis deines inneren Wachstums und deiner Bewusstseinsklärung vorhanden ist. Oft seid auch ihr als Lehrer und Heiler noch in persönliche Wachstumsprozesse verwickelt. Es gibt jedoch in eurem Energiefeld Teile, die schon so klar und rein geworden sind, dass sie eine heilende Wirkung auf andere haben können.

Es ist wesentlich zu verstehen, dass diese Wirkung nichts ist, wofür du dich anstrengen müsstest. Der Klient bzw. die Klientin entscheidet, ob er/sie die Energie, die du anbietest, aufnehmen möchte, ob er sie hereinlassen möchte. Der Klient hat die Wahl. Du bietest an, indem du bist, der du bist, indem du „da bist" für den anderen. Es liegt nicht an den Fertigkeiten oder Kenntnissen, die du von irgendjemand anderem gelernt hast, dass du einen heilenden Einfluss hast, sondern allein daran, wer du bist und auf welchen inneren Straßen du gewandert bist.

Es sind die Probleme, die du selbst auf einer tiefen emotionalen Ebene durchschritten hast, bei denen du anderen besonders helfen kannst. Auf diesen Gebieten scheint dein Licht wie ein Scheinwerfer auf Leute, die noch in dieser Problematik drin stecken, und zeigt ihnen sanft den Weg, wie sie da herauskommen.

In den Bereichen, in denen du dich selbst von tief sitzenden Schmerzen und Wunden geheilt hast, bist du zu einem wahren Meister geworden, zu jemandem, dessen Weisheit auf innerem Erkennen und echter Erfahrung beruht. Dich selbst zu heilen, Verantwortung zu übernehmen für deine inneren Wunden und diese einzuhüllen in das Licht deines Bewusstseins, ist der Schlüssel, um Lehrer und Heiler zu werden. Deine Fähigkeit, dich selbst zu heilen, macht dich zum Lichtarbeiter. Sie erschafft in deinem Wesen die „Energie der Lösung", die anderen ein Tor zu ihrer eigenen Selbstheilungskraft anbietet.

Wenn ihr Klienten behandelt oder Menschen in eurer Umgebung helft, dann „lest" ihr oft ihre Energie. Intuitiv schwingt ihr euch in sie ein, wenn ihr ihnen zuhört, ihnen Rat gebt oder sie mit energetischen Heilungsmethoden behandelt. Der Klient bzw. der Mensch, mit dem du arbeitest, ist jedoch genauso intensiv damit beschäftigt, dich zu „lesen". So wie du dich in seine Energie einschwingst, ist er dabei, bewusst oder unbewusst, deine Energie aufzunehmen. Intuitiv spürt er, ob das, was du sagst oder tust, in Übereinstimmung mit deinem Ganzen geschieht, ob es sich mit dem, was du ausstrahlst, mit deiner Energieschwingung, deckt. Er spürt, wer du bist, ungeachtet deiner Worte und Taten.

Das Lesen des Klienten in dir ist es, wodurch der Durchbruch eigentlich erzielt wird. Wenn sich der Klient in deiner Gegenwart frei und sicher fühlt, wenn er sich von der Art von Bewusstsein umgeben fühlt, die ihn befähigt, seinem inneren Wissen zu trauen, dann nimmt alles, was du sagst oder tust, eine heilsame Qualität an. Wenn deine Worte oder Taten bestätigt werden durch das, was du bist, dann werden sie zu den Trägern von Licht und Liebe, die den Klienten in den Kern seines eigenen Lichts und seiner eigenen Liebe bringen.

Wann immer jemand wirklich ehrlich deine Hilfe erbittet, dann ist dieser Mensch so offen für deine Energie, dass er von dem reinsten und klarsten Teil von dir berührt werden kann. Dieser Teil von dir stammt nicht aus den Büchern, die du gelesen hast, oder aus Fertigkeiten, die du erworben hast. Er ist das Ergebnis einer persönlichen Alchemie, einer persönlichen Bewusstseinstransformation, die dein alleiniges Siegel trägt. Ich möchte das ganz stark betonen, da es unter Lichtarbeitern (also Leuten, die in sich das starke Bedürfnis haben, anderen zu helfen) offenbar eine Tendenz gibt, noch ein Buch zu suchen, noch eine Methode, noch eine Fähigkeit, die einem helfen könnte, ein besserer Lehrer oder Heiler zu werden. Wahres Heilen ist so simpel.

Als ich auf der Erde lebte, sandte ich eine ganz bestimmte Energie mit meinen Augen. Es flog etwas aus meinen Augen

heraus, was einen sofortigen Heilungseffekt auf die Leute, die dafür offen waren, hatte.

Das war kein Zaubertrick und keine einmalige Fähigkeit von mir. Ich war in Berührung mit meiner inneren Quelle der Wahrheit. Ich strahlte das göttliche Licht und die göttliche Liebe, die mein Erbe waren – genauso wie sie euer Erbe sind –, auf natürliche Weise aus und berührte andere lebende Wesen damit. Bei euch ist es auch so. Ihr seid nicht anders als ich.

Ihr seid die gleiche innere Straße gewandert und seid genauso durch Herausforderungen und Mühsal gegangen wie ich, um schließlich zu demselben Punkt zu gelangen wie ich in meinem Erdenleben. Ihr seid alle dabei, zu bewussten, ge-Christ-eten Wesen zu werden.

Die Christusenergie ist eure spirituelle Bestimmung, und ihr seid dabei, diese Energie nach und nach in euren Alltag zu integrieren. Es ist der Christus in euch, der heilt und lehrt - als natürliche Konsequenz dessen, was die Christus-Energie ausmacht. Allzu oft identifiziert ihr euch noch damit, Lehrling oder Schüler zu Füßen des Lehrers zu sein, zu lauschen, zu fragen, zu suchen. Aber ich sage euch, die Schülerzeit ist vorbei.

Es ist Zeit, eure Meisterschaft zu beanspruchen. Es ist Zeit, dem Christus im Innern zu trauen und diese Energie in eurer Alltagswirklichkeit Gestalt annehmen zu lassen.

Um mit dem inneren Christus eins zu werden und aus dieser Energie heraus zu lehren und zu heilen, müsst ihr einige Dinge loslassen. Diese Dinge sind die Fallen auf dem Weg, Heiler bzw. Lehrer zu werden. Ich werde drei Bereiche, in denen diese Fallen vorkommen, unterscheiden.

Die Falle des Kopfes

Die erste Falle befindet sich im Bereich des Kopfes oder des Verstands. Ihr seid im Analysieren und Kategorisieren sehr geschult und gebt den Dingen so eine Art Bezugsrahmen.

Das mag unter manchen Umständen in Ordnung sein, aber im Allgemeinen ist euer mentaler, denkender Teil eher ein Teil der Welt der Dualität. Mit „Welt der Dualität" meine ich eine Art von Bewusstsein, das die Dinge in gut oder schlecht, hell oder dunkel, krank oder gesund, männlich oder weiblich, Freund oder Feind usw. einteilt. Es ist eine Art von Bewusstsein, das gern trennt und etikettiert und nicht die darunter liegende Einheit aller Phänomene erkennt. Es ist eine Art von Bewusstsein, das gerne mit allgemeinen Prinzipien und einer rationalen und objektiven Herangehensweise an individuelle Fälle herangeht. Es zieht die Möglichkeit eines anderen, viel direkteren Zugangs an die Realität nicht wirklich in Betracht: den Zugang durch intuitives Wissen, durch „gefühltes Wissen".

Die Christusenergie liegt außerhalb der Dualität. Die Christusenergie stellt den Fluss des Seins dar, der unter allen Polaritäten liegt. Der Verstand erkennt jedoch die Existenz dieser mystischen Einheits-Ebene nicht an. Der Verstand würde gerne den Ozean des Seins aufspalten in definierbare Teile und sie so kategorisieren, dass er einen rationalen Zugriff darauf hat. Der Verstand liebt es, Strukturen zu schaffen, d.h. Theorien, die über die Realität und über die direkte Erfahrung gelegt werden können.

Noch einmal: Ab und zu kann das nützlich und hilfreich sein, besonders bei konkret-praktischen Angelegenheiten, aber kaum, wenn es um echtes Heilen und Lehren geht, d.h. um das Heilen und Lehren aus dem Herzen.

Wenn du dich deinem Klienten von einem theoretischen Hintergrund aus näherst, versuchst du seine individuellen Symptome in eine allgemeine Kategorie zu bringen und du schaust auf die Theorie, um etwas über die Art des Problems und dessen

Lösungen herauszufinden. Das lernst du bei der Ausbildung zum Psychologen, Sozialarbeiter oder Berater.

Ich sage nicht, dass das alles falsch sei. Aber was ich dir gerne vermitteln möchte, ist Folgendes: Wenn du mit jemandem arbeitest, sei es beruflich oder in deinem persönlichen Leben, versuche, alle Gedanken und Überlegungen, alle deine Vermutungen über das, was mit dem anderen los ist, loszulassen und schlicht mit dem Herzen zu hören. Stimme dich von einem stillen Platz aus in die Energie der Person ein.

Versuche einfach mit deinem Herzen und deiner Intuition zu spüren, wo die Person im Moment steht, wie es sich anfühlt, in ihrer inneren Welt zu sein. (Siehe dazu die geführte Meditation am Ende des Channelings.)

Oft hegt ihr eine Menge Vorstellungen darüber, was ein anderer tun müsste, damit er seine Probleme löst. Ihr analysiert seine Probleme und ihr denkt euch eine Lösung aus. Und es kann sogar sein, dass ihr ziemlich richtig liegt mit eurem Denken. Der Punkt ist jedoch: Eure Vorstellungen sind nicht unbedingt auf die Energie des anderen im gegenwärtigen Moment eingestellt. Es kann sogar sein, dass du vollständig getrennt bist von dem, was er/sie jetzt fühlt. Deine Hilfe ist nur dann fruchtbar, wenn sie in die energetische Wirklichkeit dessen, dem du helfen willst, eingestimmt ist. Es mag sein, dass er/sie einen völlig anderen Zugang braucht, als du mit deinem rationalen Verstand erfassen kannst.

Ich lade dich ein, die andere Person ganz direkt aus der Stille, dem Ort der Intuition in dir, zu sehen und zu fühlen. Erlaube dir selbst, die Dualität zu überschreiten und von dem Mitgefühl des Christus in dir erfüllt zu sein. Ich lade dich ein, wirklich von der Gegenwart des anderen inspiriert zu sein, wenn du ihm Lehre und Heilung anbietest.

Die Lösung ist dann oft ganz simpel. Was von dir gebraucht wird, sind nicht deine Kenntnisse, sondern deine Weisheit. Was von dir verlangt wird, ist nicht dein Urteil, sondern dein Mit-

gefühl und dein tiefes Verständnis. Du sollst nicht die Lösung herbeiführen und dich als Autorität zeigen. Du bist da, um Liebe zu zeigen.

Lass uns ein Beispiel anschauen, um das Thema zu verdeutlichen. Nimm Eltern, die ihren Kindern bei Problemen, auf die diese stoßen, helfen wollen. Auf Grund ihrer Erfahrung können die Eltern die Folgen von gewissen Handlungen besser abschätzen, als ihre Kinder es könnten. Auf der Grundlage ihrer Kenntnis warnen Eltern ihre Kinder oft; sie wollen sie vor Unheil schützen und raten ihnen nach bestem Wissen und Gewissen, was sie tun sollten. Das scheint - aus der Sicht des Verstandes betrachtet - eine gute Möglichkeit des Helfens zu sein. Und in manchen Fällen ist das sehr vernünftig.

Sehr häufig ist es jedoch so, dass eine Mutter oder ein Vater, wenn sie, bzw. er, sich von einem stillen und intuitiven Ort ihres Innern aus in das Kind einschwingen würden, feststellen würden, dass das Kind in Wirklichkeit etwas ganz anderes braucht.

Meistens braucht das Kind von den Eltern Vertrauen und das Gefühl der Sicherheit. „Vertrau mir, lass mich so sein, wie ich bin. Lass mich Fehler machen, lass mich stolpern und behalte den Glauben an mich." Wenn du dich von einem Ort des Vertrauens aus mit deinem Kind verbindest, ermutigst du es, auf seine eigene Intuition zu vertrauen. Das kann ihm helfen, zu einer Entscheidung zu kommen, die sich für das Kind selbst gut anfühlt und die auch du aus deiner Sicht verstehen kannst. Falls du jedoch versuchst, dein Kind von der Warte „ich weiß es besser" zu etwas aufzufordern, dann wird dein Kind das Misstrauen in deiner Haltung spüren, und das wird zur Folge haben, dass es dir noch mehr Widerstand entgegenbringt.

Kinder lesen in euch, wenn ihr ihnen Hilfe anbietet. Es gehört zu ihrer Natur, genau auf die Emotionen hinter euren Worten zu achten. Sie können eure untergründige Furcht und Verurteilung spüren. Sie werden oft auf diese Emotion reagieren anstatt auf

eure Worte, und wenn sie mit Widerstand reagieren, dann erscheinen sie höchst unvernünftig.

Vater oder Mutter handeln jedoch möglicherweise „zu vernünftig", d.h. sie erkennen die eigenen untergründigen Emotionen nicht und versuchen auch nicht, auf eine offene und ehrliche Weise mit dem Kind Verbindung aufzunehmen. Um das zu tun, sollte der Vater bzw. die Mutter die eigene vorgefasste Sichtweise loslassen und sich wirklich der emotionalen Wirklichkeit des Kindes öffnen. Wenn man ehrlich den Sorgen und Anliegen des Kindes lauscht, dann kann eine Brücke der Kommunikation gebaut werden.

Ich bringe dieses Beispiel, weil es so schlicht und leicht nachvollziehbar ist und weil wir wissen, wie schwierig es ist, die eigenen Kinder in einer Haltung des Vertrauens und der Offenheit zu unterstützen. Es geht immer um Loslassen – deine Vorstellungen davon, „was sein sollte" , deine Wünsche und Sehnsüchte - und die andere Person wirklich sein zu lassen. Jemand anderen mit einem Raum der Offenheit und des echten Verstehens aus dem Herzen heraus zu umgeben, heißt, diesem Menschen wirkliche Heilkraft zu bieten.

Was dem anderen meist hilft, ist dein totales Annehmen der Dinge, wie sie sind. Wenn du nicht versuchst, etwas auf der Verstandesebene zu ändern, dann kannst du wahrhaftig in Kontakt zu jemandem treten und das Tor zu Liebe und Mitgefühl für ihn aufstoßen.

Die Falle des Herzens

Die nächste Falle, in die du geraten kannst, wenn du Lehrer oder Heiler zu sein beabsichtigst, liegt auf dem Gebiet des Herzens. Das Herz ist ein Sammelpunkt vieler Energien. Das Herz-Zentrum (oder Herz-Chakra) bildet die Brücke zwischen Himmel und Erde und zwischen den höheren und niederen Energie-Zentren oder Chakren. Das Herz „sammelt" Energien verschiedener Herkunft und vermag die darunter liegende

Gemeinsamkeit zu erkennen. Das Herz befähigt dich, die Dualität zu überschreiten und dich jemand anderem mit Liebe und Mitgefühl zuzuwenden.

Das Herz ist der Sitz deiner Fähigkeit, dich in die Energie von jemand anderem einzufühlen und zu spüren, wie es ist, derjenige zu sein. Es ist das Zentrum der Empathie. Deshalb spielt das Herz offensichtlich eine bedeutende Rolle bei jeder Form von spirituellem Lehren oder Heilen. Viele von euch sind natürliche Empathen – ihr habt eine natürliche Neigung, Stimmungen und Energien anderer Leute zu spüren. Diese Fähigkeit dient euch sehr, wenn ihr mit anderen Leuten arbeitet.

Dennoch gibt es eine bedeutende Falle, die an diese Fähigkeit gekoppelt ist. Dein Gespür für anderer Leute Energie kann so stark sein, dass du es schwierig findest, zwischen deinen eigenen Emotionen und denen des anderen zu unterscheiden. Manchmal absorbierst du die Energie eines andern so stark, dass du das Gespür für dich selbst verlierst. Manchmal drängt es dich so sehr, jemandem zu helfen - zumal du ja weißt, wie derjenige sich fühlt -, dass eure Energien sich vermischen und du anfängst Lasten zu tragen, die nicht deine sind.

Wenn das geschieht, kommt es zu einem Ungleichgewicht. Du gibst zu viel. Du überschreitest deine Grenzen, wenn du dich selbst durch das Leiden von jemand anderem mitreißen lässt und dich übermäßig anstrengst, um ihm/ihr zu helfen. Die Energie, die du zu viel gibst, wird sich gegen dich selbst wenden. Dieses Zuviel an Energie geht hinaus zu der anderen Person, aber trägt nicht zur Lösung ihres Problems bei. Der Klient ist möglicherweise unfähig, diese Energie zu integrieren oder zu empfangen, oder er wird dadurch erschreckt, oder sie geht einfach spurlos an ihm vorbei. Schließlich fühlst du dich müde, ärgerlich und frustriert.

Wenn du zu viel gibst, kannst du das an den Signalen erkennen, die dein Körper und deine Emotionen dir schicken. Jedes Mal, wenn du dich leer, frustriert oder schwer fühlst, nachdem ein Klient bei dir war, oder allgemein, nachdem du

versucht hast, jemandem zu helfen, zeigt dir dies, dass du dich zu sehr bemüht hast.

Wenn du Lehren und Heilen von einem balancierten und zentrierten Standpunkt aus anbietest, fühlst du dich frei, lebendig und inspiriert. Nach der Beendigung eines Treffens mit einem anderen Menschen ziehst du deine Energie leicht wieder zurück und landest wieder sicher bei dir selbst. Du lässt die andere Person los und zwischen euren Energiefeldern bleiben keine Schnüre oder Fäden zurück.

Falls eine Energieverbindung zu der anderen Person zurückbleibt, weil du so sehnsüchtig willst, dass es ihm oder ihr gut gehe oder sie glücklich sei, dann hat diese Bindung eine zerstörerische Wirkung auf deine Energie. Wenn du dich weiterhin um diesen Klienten sorgst, absorbierst du seine emotionalen Energien zu stark. Du gibst dann einiges von dir selbst, weil du ihm die Last erleichtern willst, und an dieser Stelle entsteht eine emotionale Bindung, die wechselseitig zwischen euch wirkt. Der Klient beginnt sich an dich anzulehnen und dein Wohlbefinden wird abhängig vom Wohlbefinden des anderen. Diese Energieverquickung hilft dem Klienten nicht, und dich erschöpft sie.

Warum geschieht dies so leicht, wenn ihr anfangt, anderen Leuten zu helfen? Warum ist diese Falle gerade für Lichtarbeiter so schwer zu vermeiden? Woher kommt dieses schmerzhaft starke Bedürfnis zu heilen und heil zu machen und die Welt zu verbessern? Zum Teil wird dieser natürliche Wunsch in euch durch eure Seelengeschichte erklärt, wie es in den Lichtarbeiterserien geschildert wird. Ihr habt eine innere Mission, Lehren und Heilung in diese Welt zu bringen. Aber die Neigung, zu viel zu geben, stammt aus einem Schmerz in euch selbst, dessen ihr euch nicht völlig bewusst seid. Dieser Schmerz lässt euch beim Geben „übereifrig" werden.

Es gibt einen Schmerz und eine Traurigkeit in eurem Herzen, die bewirkt, dass ihr euch nach einem neuen Weg des Seins umschaut, nach einer Bewusstseinsebene, die sich mehr in die

natürliche Göttlichkeit alles Lebendigen einstimmt. Ihr verspürt Heimweh nach mehr Liebe und wirklichem Frieden auf der Erde. In eurer gegenwärtigen Inkarnation seid ihr nicht dazu da, den Weg des Ego zu erforschen. Ihr seid dessen müde und überdrüssig. Jetzt seid ihr gekommen, um einem alten Lied eurer Seele zu folgen. Ihr seid gekommen, um Frieden, Freude, Achtung und Verbundenheit auf der Erde wiederherstellen zu helfen.

Euer Emotionalkörper ist voller Narben durch die vielen Leben, in denen ihr versucht habt, das Licht eurer Seele herunter zu bringen, und auf Widerstand und Zurückweisung gestoßen seid. Ihr seid mit großen Vorbehalten hierher gekommen, und gleichzeitig ist die alte Flamme der Begeisterung in euch nicht erloschen. Ihr seid wieder hier! Aber jetzt gleicht ihr wegen des Schmerzes, den ihr in euch tragt, zarten und empfindlichen Blumen, die eine starke Verwurzelung brauchen, um zu wachsen und zu blühen. Die Verwurzelung, die ihr alle braucht, ist ein sicheres Gefühl des Geerdetseins, des festen Grunds unter euren Füßen, und der Zentrierung in euch selbst.

Mit "Grund unter den Füßen" meine ich, dass ihr Wurzeln in der Erde braucht, dass ihr euch bewusst sein müsst, wie die irdische Wirklichkeit funktioniert, und dass ihr wisst, mit welchen Elementen ihr umzugehen habt, solange ihr in einem physischen Körper lebt. Manchmal seid ihr so vom Spirituellen angetan, dass ihr vergesst, gut für euch und euren Körper zu sorgen. Ihr „hebt ab" oder seid zu idealistisch und realitätsfern. Oft wollt ihr die irdische Realität überschreiten, aber in Wirklichkeit kann nur durch die Erde, nur indem ihr euch hier zu Hause fühlt und mit dem Element Erde wohl fühlt, eure Seelenenergie hier aufblühen.

Mit Zentriertheit meine ich, dass ihr euren eigenen Gefühlen und eurem eigenen Empfinden, was richtig für euch ist, treu seid. Als Menschen habt ihr ein Ego oder eine individuelle Persönlichkeit, die euch von anderen trennt. Das Ego hat eine wertvolle Funktion. Es befähigt euch, eure spezifische Seelenenergie in materielle Wirklichkeit umzusetzen. Ihr müsst

eure Individualität nicht aufgeben zugunsten eines wie auch immer gearteten „höheren Wohls"! Ihr seid nicht hier, um euer Ego zu eliminieren. Ihr seid hier, um das Licht eurer Seele durch euer Ego scheinen zu lassen. Ihr braucht euer Ego, um eure Energie im Außen zu manifestieren.

Wegen des Schmerzes, den ihr in der Seele tragt, wegen eures Überdrusses am Alten, wegen eurer Sehnsucht, Euch nach dem Gelobten Land der Neuen Erde auszustrecken, könnt ihr eure Erdung und eure Zentrierung verlieren. Ihr neigt dazu, Wandel durchdrücken zu wollen, wo die Situation dafür noch nicht bereit ist, oder ihr versucht, Leute mit einer Schnelligkeit aufzuwecken, die sie gar nicht verkraften können. Ihr werdet „übereifrig im Geben". Dieser Übereifer kann die Form eines großen Engagements für eine gute Sache oder einer intensiven Bemühung um das Wohlergehen anderer annehmen. Aber es steckt Ungeduld und Rastlosigkeit dahinter. Eine Zeitlang fühlt ihr euch vielleicht inspiriert und leidenschaftlich engagiert, aber an einem bestimmten Punkt kommt die Enttäuschung, und dann fühlt ihr euch ausgepumpt und verärgert, weil ihr eure Energiereserven erschöpft habt.

Die Falle des Herzens, die Gefahr, zu viel zu geben, rührt daher, dass man die Realität nicht so annimmt, wie sie ist. Es gibt da eine Ungeduld und Rastlosigkeit in euch, die es euch schwer macht loszulassen. Die es euch schwer macht, die richtige emotionale Distanz zu den Leuten zu bewahren, denen ihr helfen wollt, oder zu der guten Sache, für die ihr euch engagiert.

Ihr seid Lehrer und Heiler, ihr habt wirklich eine Aufgabe auf der Erde. Aber um diese tatsächlich erfüllen zu können, müsst ihr – paradoxerweise – dieses schreckliche Bedürfnis, etwas zu verändern, loslassen, denn euer Übereifer, das tun zu wollen, hat den Beigeschmack eines Schmerzes - nämlich des Schmerzes, sich auf der Erde, so wie sie jetzt ist, nicht zu Hause zu fühlen. Wahrer spiritueller Wandel beginnt immer auf der Grundlage der Akzeptanz. Um wirklich der Lehrer und Heiler zu werden, der du sein willst, musst du deinen eigenen

Schmerz annehmen und ihn heilen. Du musst mit deinen eigenen tiefsten Emotionen der Angst und Wut Frieden schließen. Wenn du das tust, wirst du merken, dass das dringende Bedürfnis, andere zu beschenken oder an einer „guten Sache" beteiligt zu sein, einem sehr ruhigen Gefühl von Frieden und Akzeptanz Platz macht. Das ist dann der Moment, an dem deine Ausstrahlung wirklich eine heilende Qualität bekommt.

Anderer Menschen Schmerzen und Probleme loszulassen und ihnen ganz und gar Zeit und Raum zu geben, durch ihren eigenen Prozess zu gehen, kann dir inneren Schmerz bereiten. Das liegt daran, dass es dich auf deine eigene Einsamkeit und dein Gefühl von Verlorenheit in der irdischen Realität zurück wirft. Der Unterschied zwischen dieser harten, unvollkommenen Welt und der Wirklichkeit, von der du träumst, die so viel reiner und schöner ist, schmerzt dich tief im Inneren. Du bist herausgefordert, nicht vor diesem Schmerz wegzulaufen, sondern ihn voll und ganz in dein Bewusstsein hereinzulassen und deine Engelsflügel um ihn herum auszubreiten.

Sobald du deinen Übereifer, zu helfen oder für eine gute Sache zu kämpfen, erkennst und den dahinter versteckten Schmerz, den Teil der Nicht-Akzeptanz der Realität, wie sie ist, bemerkst, kannst du anfangen, sie loszulassen. Sobald du gewahr wirst, dass dein Übereifer und deine Ungeduld von innerem Schmerz und innerer Traurigkeit herrühren, kannst du aufhören, zu viel zu geben. Du kannst dich auf dich selbst konzentrieren und Möglichkeiten finden, wie du wirklich Frieden mit dem schließt, der du bist. Du kannst endlich anfangen, dir selbst zu geben.

Das ist der Moment, an dem du zu einem völlig geerdeten und zentrierten Lichtarbeiter wirst, der sich selbst und andere annimmt. Das einzig Angemessene, was ein Lichtarbeiter zu tun hat, besteht darin, seine Energie für andere verfügbar zu machen. Du lehrst und heilst, indem du die „Energie der Lösung", die in deinem eigenen Energiefeld präsent ist, ausstrahlst. Oft ist es so, dass du Menschen anziehst, die exakt die Art von Problemen haben, durch die du selbst hindurch-

gegangen bist. Du bist selbst diesen Problemen auf den Grund gegangen, und deshalb hast du auf diesem Gebiet eine Kenntnis und Reinheit erreicht, die Teil deines Wesens geworden ist. Das sind die erleuchteten Teile in dir. Sie sind heilig und unverletzlich und können nicht verloren gehen. Sie sind nicht aus gelerntem Wissen zusammengesetzt, das du vergessen könntest. Was du anderen zu bieten hast, ist nicht irgendein Handwerkszeug oder eine Theorie - du bist es, transformiert, gewandelt durch das Leben, durch die Erfahrung und den Mut, deinen inneren Wunden zu begegnen.

Die „Lichtarbeit", die du in dieser Hinsicht zu tun hast, wird mühelos zu dir kommen. Es wird etwas sein, was sich für dich ganz natürlich anfühlt. Um deine Aufgabe zu finden, das, wozu du „bestimmt bist", es in diesem Leben zu tun, brauchst du nur darauf zu achten, wonach du dich wahrhaftig sehnst, und das zu tun, wozu du dich inspiriert fühlst. Wenn du so handelst, bringst du deine Energie nach draußen in die Welt, und andere werden davon berührt und inspiriert sein - und das manchmal auf eine Art, die du nicht einmal bemerkst. Mehr ist wirklich nicht zu tun. Das ist die Lichtarbeit, die zu tun du gekommen bist.

Lichtarbeiter, die die Balance zwischen Geben und Nehmen kennen, erfahren mehr Frieden und Freude im Leben und strahlen deshalb die „Frequenz der Lösung" noch viel fließender durch ihr Energiefeld aus. Sie sind sensibel und empathisch, haben aber genauso ein klares Gefühl für ihre persönlichen Grenzen. Sie können ebenso leicht empfangen wie geben, und auf diese Art wird der Fluss des Gebens wie auch der des Empfangens in ihrem Leben immer stärker.

Die Falle des Willens

Jetzt möchte ich gerne eine weitere Falle auf dem Weg, Heiler/Lehrer zu werden, diskutieren. Ich habe die Fallen im Hinblick auf den Kopf und im Hinblick auf das Herz erwähnt und möchte mit der Falle des Willens enden.

Der Wille kann im Solarplexus, einem Energiezentrum nahe dem Magen, lokalisiert werden. Dieses Zentrum oder Chakra steuert die Fähigkeit zu handeln und eure innere Energie auf der physischen, irdischen Ebene im Außen zu manifestieren. Wenn der Wille mit eurer Intuition, dem stillen Teil in euch, der die Dualität überschreitet, verbunden ist, dann wird alles leicht und mühelos in eurem Leben fließen. Ihr werdet aus einem inneren Gefühl von Vertrauen und Wissen heraus handeln. Wenn euer Solarplexus (der auch das Ego-Zentrum ist) vom Herzen geleitet wird, tut ihr im Allgemeinen die Dinge, die ihr gerne tut, und ihr fühlt euch meist freudig und inspiriert. Der Wille (oder das Ego) ist dann der Ausdruck des Christus in euch geworden.

Oft jedoch, wenn ihr versucht zu helfen oder andere anzuleiten, kommt ihr aus der Verbindung mit diesem Fließen heraus. Es gibt einen Teil in euch, der zu viel tun will. Er ist bestrebt, Ergebnisse zu erreichen, indem er die Dinge ein bisschen forciert oder antreibt, auch wenn die Intuition euch sagt, ihr solltet loslassen oder solltet euch zurückhalten. Oft ist es euer persönliches Ego, das nach sichtbaren Ergebnissen verlangt. Mit Hilfe für andere hat das nichts zu tun! Es hat vielmehr mit einem Bedürfnis nach Wertschätzung, das ihr selbst habt, zu tun. Mit einer Unsicherheit, die euch herausbringt aus der Verbindung mit dem natürlichen Fluss der Heilung, der oft langsamer und unberechenbarer ist, als ihr es euch wünscht.

Du tust zu viel, wenn du das Gefühl hast, du strengst dich sehr an und dein Einsatz wird von den anderen nicht richtig angenommen oder geschätzt. Wenn du dich von dem natürlichen Fluss der Dinge gelöst hast, lässt du dich auch oft durch äußere Urteile ablenken. Du neigst dazu, dich auf anderer Leute Vorstellungen und Erwartungen zu verlassen, und hast Angst, in ihren Augen zu versagen.

Der Schlüssel zur Wiedererlangung deiner Stärke liegt darin, gar nichts zu tun und innerlich ganz ruhig zu werden. Erst wenn du dich wieder mit deinem Herzen verbindest, kannst du

dich aus einem ruhigen und neutralen Raum heraus auf die Situation einstimmen. Dann treten deine Angst und Unsicherheit in den Hintergrund und du kannst dich wirklich auf das fokussieren, was der Klient von dir braucht.

Oft brauchst du gar nicht viel für ihn oder sie zu tun. Was sie vor allem von dir wünschen, ist, bei ihm/ihr zu sein und ihm/ihr die „Lösungsenergie" auf einfachem und direktem Weg anzubieten. Du solltest auf die Kraft deiner Gegenwart vertrauen, auch wenn du nichts tust oder sagst. Wage es, in diesem stillen Raum zu sein, wenn du mit jemandem zusammen bist. Wenn du dir selbst traust, wirst du genau wissen, welche Worte und Handlungen angemessen sind. Denke daran: Wenn es darum geht, Führung anzubieten, ist weniger oft mehr.

Loslassen ist Liebe

Die Fallen, die ich oben beschrieben habe, zu überwinden, schließt immer eine Art des Loslassens ein. Es geht darum, zu viel Denken loszulassen, eine zu starke emotionale Identifizierung loszulassen und den übermäßigen Einsatz des Willens loszulassen. Sobald du jedoch das alles loslässt und dich jenem höchst weisen und mitfühlenden Teil in dir überlässt, wirst du tiefe Freude und Erfüllung in deiner „Arbeit" als Lehrer und Heiler finden. Als die Lichtarbeiter, die ihr seid, werdet ihr ein tiefes Gefühl von Selbst-Verwirklichung und Freiheit erfahren. Lehrer oder Heiler zu sein, wie auch immer du dies ausübst, heißt, sich mit dem Ganzen, mit der Einheit, die Allem Was Ist zu Grunde liegt, verbunden zu fühlen.

Dich als Teil dieses „göttlichen Gefüges" zu fühlen und deine natürliche Rolle darin zu spielen, vermittelt dir das Gefühl, dass du wirklich deine Aufgabe erfüllst.

Meditation

Es folgt eine Übung, die dir helfen kann, mit den Themen, die im Channeling angesprochen worden sind, auf direktere und emotionale Weise in Verbindung zu kommen.

Setze oder lege dich bequem hin. Richte deine Aufmerksamkeit auf die Schultern- und Nackenmuskulatur und lasse dort jedes Enge- oder Druckgefühl und jede Anspannung los. Tue dann dasselbe mit den Bauchmuskeln, mit den Armen und mit den Beinen. Begib dich dann in deinem Bewusstsein zu den Füßen und spüre deine Verbindung mit der Erde. Spüre, wie die Erde dich trägt und dir die Sicherheit vermittelt, die du brauchst. Von deinem Bauch aus nimm ein paar leichte Atemzüge.

Nun lass dich von deiner Vorstellungskraft zu einem Moment zurück geleiten, in dem du dich ganz niedergeschlagen und unglücklich fühltest. Nimm die erste Situation, die dir in den Sinn kommt. Geh hinein. Denke noch einmal an diese vergangene Situation und daran, wie du dich innerlich gefühlt hast.

Dann geh in die „Energie der Lösung". Frage dich: Wie kam ich damals heraus? Was half mir am meisten? Ob die helfende Energie aus dir selbst kam oder von jemand anderem, spielt keine Rolle. Betrachte lediglich die Art der Energie, die dich vom tiefsten Punkt emporhob.

Nun lass die Vergangenheit los und denke an jemanden in der Gegenwart, der dir lieb und teuer ist und um den du dir Sorgen machst. Es kann dein Partner oder ein Kind, ein Kollege oder ein Freund sein. Lass die Person in deiner Vorstellung erscheinen und nimm ihre Gegenwart wirklich in dir auf. Dann frage: Wie kann ich dir helfen? Was wäre das Wertvollste, was ich für dich tun könnte? Lausche mit deinem Herzen. Was zeigt oder sagt die andere Person zu dir? Fühle die Antwort. Erlaube einfach, dass sie zu dir kommt.

Lass dann los und richte deine Aufmerksamkeit wieder auf deine Füße, deinen Atem und komm in die Gegenwart zurück.

Ziel dieser Übung ist es, dir bewusst zu machen, was in einer emotionalen Krisen- oder Schmerz-Situation wirklich hilfreich ist. Das kann weit entfernt sein von dem, was du dir vorstellst, was hilfreich sei.

4 Die Geburtsfamilie loslassen

Liebe Freunde,

mit großem Vergnügen bin ich wieder mit euch zusammen. Ihr alle seid wackere Krieger. Eure Gegenwart heute in einem physischen Körper auf der Erde zeugt von eurem großen Mut und der Bereitschaft, den Blick auf die Dunkelheit zu richten, drinnen wie draußen, und Licht darauf zu strahlen, das Licht eures Bewusstseins.

Ihr seid im spirituellen Sinn Krieger und eure Waffen bestehen aus Mitgefühl und Urteilsvermögen. Die Ängste und Illusionen in eurer Wirklichkeit werden nicht allein durch Liebe und Mitgefühl überwunden.

Diese wesentlichen, vornehmlich weiblichen Eigenschaften brauchen die Ergänzung durch die männlichen Eigenschaften von Klarheit und Urteilsvermögen. Mitgefühl ermöglicht es euch, den Lichtkern in der Seele einer Person wahrzunehmen, sogar, wenn die Persönlichkeit voller Negativität ist. Urteilsvermögen zeigt euch die Anwesenheit von auf Furcht und Macht bezogenen Energien in welchem auch immer gearteten Erscheinungsbild und gibt euch die Distanz dazu, um sie aus eurem Energiefeld herauszuhalten.

Um zu wissen, wer ihr seid, müsst ihr loslassen, was ihr nicht seid. Urteilsvermögen hilft euch loszulassen, was ihr nicht seid. Urteilsvermögen ist die „Kraft des Schwertes", die Energie, die euch hilft, Grenzen für euch selbst zu setzen und euren eigenen Weg zu finden. Ich nenne das die männliche Energie und diese ist eine notwendige Ergänzung zu den weiblichen Eigenschaften von Verstehen und Vergeben. Ich betone die Bedeutung des „Schwertes des Urteilsvermögen" in diesem Channeling, denn es ist sehr wichtig für das Problem, das wir heute besprechen.

Heute möchte ich von deiner Beziehung zu deinen Eltern und deiner Geburtsfamilie im Allgemeinen sprechen. Sobald du einen Weg des spirituellen Wachstums beschreitest, wird dieses Problem irgendwann in den Blickpunkt Deiner Aufmerksamkeit geraten.

Jemand könnte deine Geburt in einen physischen Körper als Hineinfallen in die Dunkelheit ansehen, insoweit du dieses Geschehen als frei von Sünde und Schuld ansiehst.

Der Geburtsvorgang ist wirklich ein Sprung in die Tiefe, zu dem du dich bewusst - von einem Teil deiner Seele her - entschieden hast. Im Kern deiner Seele nämlich hast du dich entschieden, diese gegenwärtige Inkarnation auf dich zu nehmen, und du hast das Vertrauen und das Durchhaltevermögen gefühlt, die für die „Erfüllung deiner Aufgabe" nötig sind. In dem Augenblick jedoch, in dem du hinein springst, wirst du sozusagen hineingesaugt in einen Zustand des Nicht-Wissens, einen Zustand zeitweiliger Unkenntnis. Sobald du in die materielle Wirklichkeit der Erde eintrittst, wird dein Bewusstsein verschleiert bzw. hypnotisiert durch bestimmte Illusionen, die nichts anderes sind als die tief verwurzelten Denkgewohnheiten der meisten Leute auf der Erde. Das ist wie ein Netz, das um dich herum aufgespannt wird.

Wenn du ins Erdenleben eintrittst, ist die Erinnerung an „die andere Seite" noch frisch und lebendig. Aber dir fehlen die Worte, um sie auszudrücken. Du findest keine Möglichkeit, ihre Wahrhaftigkeit an andere zu vermitteln - solche einfachen Dinge wie bedingungslose Liebe und Sicherheit, die du überall um dich herum fühlst. Die Energie von Heimat ist dir noch offenbar, so wie ein Fisch sich im Wasser fühlt.

Aber dann betrittst du die physische Welt und die psychologische Wirklichkeit deiner Eltern. Du streckst die Arme nach ihnen aus, du willst den Sinn für Heimat lebendig halten, aber es scheint, als wärst du nun abgeschnitten, als wäre ein Netz um den „Fisch-Teil" von dir geworfen. Es ist das Geburtstrauma, das physische wie tiefe spirituelle Aspekte in sich birgt.

Das Netz, das dich beim Fallen auffängt, ist vor allem durch die Lebensart deiner Eltern "gesponnen", durch ihre grundlegenden Lebensanschauungen, durch ihre Art, wie sie zu sich selbst in Beziehung stehen, durch ihre Hoffnungen und Wünsche für dich.

Als du geboren wurdest, war das kollektive Bewusstsein auf der

Erde noch im Griff des Ego-basierten Bewusstseins, was es auch heute immer noch ist. Die Zeiten ändern sich, aber da gibt es eine Art Übergangsstadium, in dem Dinge Zeit brauchen, um in Schwung zu kommen, bevor sie real werden und ein fundamentaler Wandel zu Stande kommt. Gegenwärtig seid ihr noch in diesen Anfangsphasen, und euer verborgenes Wirken ist in dieser Hinsicht lebensnotwendig. Also, als ihr die Erde betreten habt, kamt ihr in eine Wirklichkeit, die vom Ego-basierten Bewusstsein beherrscht wurde, und ihr habt dies durch die Energie eurer Eltern erfahren.

Wenn du in die von deinen Eltern vorgelebte Realität des Ego-basierten Bewusstseins eintrittst, hast du es mit einer Anzahl vorherrschender Illusionen zu tun, von denen ich drei wichtige nennen möchte.

1. Der Verlust der Meisterschaft

Die erste Illusion ist die des Verlustes der Meisterschaft. Diese Illusion lässt dich vergessen, während du aufwächst und Erwachsener wirst, dass du der Schöpfer von all dem bist, was in deinem Leben passiert. Die meisten Leute erkennen das, was in ihrem Leben passiert, nicht als ihre eigene Schöpfung an. Sie fühlen sich oft als Opfer „größerer Mächte", die ihr Leben bestimmen und prägen. Das ist der Verlust der Meisterschaft.

2. Der Verlust der Einheit

Mit dem Sprung in das kollektive menschliche Bewusstsein, wie es dir von deinen Eltern gespiegelt wird, verlierst du gleichzeitig den Sinn für die Einheit mit allem, was lebt. Die grundlegende Wahrnehmung der „Einheit aller Dinge" wird langsam aus deinem Bewusstsein herausgefiltert. Du wirst dagegen ermuntert, dein eigenes Ego aufzubauen.

Gemäss der Vorstellung des Ego-basierten Bewussteins sind wir alle grundlegend getrennte Wesen, die für ihre Existenz kämpfen müssen, fürs Überleben, Nahrung und Anerkennung. Wir scheinen in unserem eigenen Körper eingeschlossen zu sein

und begrenzt auf unsere eigene psychische Realität und ohne echte und offene Verbindung zum „Anderen". Dies ist die Illusion der Trennung und die tragische Bedeutung von Verlassenheit, die damit einhergeht.

3. Der Verlust von Liebe

Und dann ist da der Verlust von Liebe, also dem Gefühl bedingungsloser Freude und Sicherheit, das ganz und gar zu eurem Herzen als ein natürliches Geburtsrechtsrecht gehört. Sobald ihr den Erdenbereich betretet, auf dem die Liebesenergie keineswegs selbstverständlich ist, beginnt ihr, Liebe mit allen Arten von Energien zu vermischen, die nicht Liebe sind, wie z. B. Bewunderung, Reichtum oder emotionale Abhängigkeit. Diese verworrenen Begriffe von Liebe beeinträchtigen eure Beziehungen und bringen euch im Grunde dazu, ständig nach etwas, das außerhalb von euch liegt, zu suchen, um dieses Gefühl von bedingungsloser Liebe wiederzufinden, das tief in euch gegenwärtig ist.

Wie sehr diese Illusionen oder Verluste euch betreffen, hängt von der speziellen Energie in eurem Elternhaus und der familiären Umgebung ab. Generell ist das elterliche Bewusstsein eine Mischung aus Ego und Herz, aus Furcht und Licht.

In bestimmten Bereichen scheinen eure Eltern angebunden oder verhakt zu sein mit den Illusionen, die oben erwähnt worden sind. In anderen Punkten jedoch können sie sogar erleuchtet sein, zum Beispiel, wenn sie Leid und inneres Wachstum in einem bestimmten Bereich erfahren haben, das ihre Herzen geöffnet hat. Der spezifische Weg, in dem sie in den Ego-Illusionen stecken geblieben sind, ist für jedes Elternteil und jede Familie verschieden.

Wenn Ihr in dieses spezifische Zusammenspiel von Energien geratet, ist euer Bewusstsein noch weit offen und ihr habt kaum ein Gefühl für persönliche Grenzen. Als Säugling nehmt ihr die Energien eurer Eltern durch und durch in euch auf, so wie ein starker Abdruck, der tief greifende Wirkungen darauf hat, wie ihr später die Dinge erlebt. Ihr habt da noch keinen

Filter. Erst viel später, sobald ihr euch selbst als euch selbst wahrnehmt - ungefähr während der Pubertät - wächst in euch das Bewusstsein, das ihr braucht, um diese Energien zu durchdringen und herauszufinden, was sich gut und natürlich für euch anfühlt und was nicht.

Zuerst bindet ihr euch sehr eng an das Elternparadigma und wenn ihr älter werdet und zu mehr Selbstwahrnehmung kommt, beginnt ihr, den Blickwinkel eurer Eltern auf Dinge zu hinterfragen ebenso wie ihr auf euer eigenes Identitätsgefühl schaut. Dieser psychologische Wachstumsprozess ist sehr verwandt mit dem Übergang vom Ego- zum Herz-basierten Bewusstsein.

Die natürlichen Ebenen des Erdenlebens, die biologischen und psychologischen Zyklen und Jahreszeiten korrelieren mit den natürlichen Entwicklungsebenen im spirituellen Sinn. Der Übergang vom Ego- zum Herz-basierten Bewusstsein läuft oft parallel mit der Überwindung der begrenzenden und Furcht erweckenden Energien, die eure Herkunftsfamilie im Griff hatten.

Das kosmische Geburtstrauma, das ihr erlebt, wenn ihr als Individualseele geboren werdet (s. das Kapitel: Kosmische Geburtsschmerzen) wiederholt sich gewissermaßen jedes Mal, wenn ihr ein neues Erdenleben beginnt. Im Augenblick eurer Geburt gehören eure Eltern zur Erdenergie. Sie haben sich bereits an diese Dimension und die Gesetze, die hier gelten, angepasst. Oft sind es einschränkende Gesetze, die für das Kind überhaupt nicht selbstverständlich sind. So stellen die Eltern für das Kind das Ego-basierte Bewusstsein dar, und das heißt: die Energie der drei Illusionen (s.o.). Das Kind trifft diese im elterlichen Heim an, und die Art und Weise, mit denen sie sich in den Eltern Platz verschafft haben, wird das Kind für den Rest seines Lebens erheblich beeinflussen.

Besonders in den ersten drei Monaten nimmt das Kind seine Umgebung sehr tief greifend wahr. Die elterlichen Energien dringen - ungehindert von rationalen Gedanken oder Abwehr - in das Bewusstsein des Kindes ein. Andrerseits ist in seiner Erinnerung noch ein „Stück Himmel", ein Teil des kindlichen

Bewusstseins, das noch nicht von den Illusionen verfärbt worden ist, und das Liebe, Meisterschaft und Einheit als seinen natürlichen Seinszustand kennt. Diese Erinnerung prallt auf die Ego-Energien um sich herum, und führt zu einem tief schmerzenden Konflikt. Das kann dazu führen, dass das Kind sich umdrehen und nach „Hause" gehen möchte, was schwerwiegenden Widerstand gegen das Leben von Anfang an bewirken kann. Wieder und wieder erlebt es das kosmische Geburtstrauma.

Wie geht das Kind mit dem Aufeinanderprallen bzw. Konflikt der Energien um? Meist verschließt es Teile in sich. Einige Teile des kindlichen Bewusstseins werden sich verstecken. Das Kind wird dazu neigen, mit den Energien der Eltern in Einklang zu kommen, sich ihnen anzupassen, denn es hängt am Anfang ganz und gar von ihnen ab. Das Kind ist in einem sehr verletzlichen Stadium und sehnt sich nach Nahrung und Liebe der Eltern. Seine Erinnerung an den natürlichen Zustand von Einheit, Liebe und Meisterschaft ist dann das Geschenk des Kindes an seine Eltern. Die sind aber meistens nicht in der Lage, dieses Geschenk anzunehmen, da sie von der Energie der Illusionen vernebelt sind. So sind sie unfähig, ihr Kind wirklich zu empfangen.

Eltern sind natürlich ebenfalls einstmals Kinder gewesen und sind durch denselben Prozess gegangen. Eltern zwingen nicht bewusst ihren Kindern ihre Ängste und Illusionen auf. Als Erwachsene jedoch haben sie unbewusst viele Energien vom Ego-basierten Bewusstsein übernommen.

Im Moment der Geburt eines Kindes erleben Eltern oft ein vorübergehendes Erwachen. Zu beobachten, wie dieses unschuldige, kleine Geschöpf aus dem Mutterleib kommt, sich selbst der Welt anvertraut, so offen, so verletzlich, löst in fast allen ein tiefes Gefühl des Staunens aus. Dieser heilige Moment öffnet im Bewusstsein der Eltern die Türen für ihr Zuhause und – ohne es zu wissen – erfassen sie den göttlichen Kern in sich selbst, der bedingungslose Liebe und Einheit kennt. Für eine Weile gelangen sie in einen heiligen Raum und sie spüren, wer sie jenseits der Illusionen sind. Aber oft bleibt das nur ein

vorübergehender Zustand von Glanz, denn später setzen sich die Dinge wieder und „kehren ins Normale zurück". Ihr Denken und Fühlen neigt dazu, in die alten Muster zurückzufallen. Und so verschließt sich die Öffnung zum Herz-basierten Bewusstsein wieder.

Aber was geschieht mit dem aufwachsenden Kind? Die meisten Kinder wählen, sich streng an den elterlichen Bezugsrahmen anzupassen, so dass sie die Berührung mit ihrer ursprünglichen Seelenenergie verlieren, die sie noch zu Beginn ihrer Inkarnation intensiv wahrgenommen hatten. In dieser ersten Lebensphase (bis zur Pubertät) sind sie deswegen so damit beschäftigt, sich auf diese Welt einzulassen und Liebe und Aufmerksamkeit von ihren Eltern zu bekommen, dass sie vergessen, wer sie sind.

Was bewirkt all das für das Kind? Das Kind hat ein ungezügeltes Verlangen nach Liebe und Geborgenheit. Wenn es auf ängstliche und blockierte Teile in den Energien der Eltern stößt, wird es durch sie verwirrt. Es wird Schmerz und ein Gefühl der Verlassenheit empfinden. Aber es wird diese Emotionen vor sich verstecken, weil sie zu schmerzhaft wären angesichts des Zustands der Verletzlichkeit und Offenheit, in dem es sich befindet. Es wird Blindheit bevorzugen und illusorische Bilder von Liebe erschaffen. Um emotional zu überleben, wird es sich erlauben, sich durch die falschen Bilder der Eltern verwirren zu lassen, denn, wenn bedingungslose Liebe nicht zu bekommen ist, dann scheint bedingte Liebe besser zu sein als gar keine. Es wird sich im allgemeinen rückwärts wenden, um Liebe und Sicherheit, die es braucht und die es von seinem Zuhause her kennt, zu erhalten. Und daher wird es die falschen Energien für Liebe halten. Es wird zum Beispiel Liebe verwechseln mit dem Stolz der Eltern über gewisse Erfolge oder mit der emotionalen Abhängigkeit eines Elternteils ihm gegenüber.

Immer wenn das Kind etwas tut, was die Eltern stolz macht und wofür das Kind Komplimente erhält, fühlt es vielleicht sein Herz geöffnet durch die Freude, dass es gemocht und anerkannt wird. Der elterliche Stolz stammt nicht aus einer Quelle echten Verstehens gegenüber dem Kind, er basiert nicht auf dem, was

das Kind selber erfahren will, sondern eher auf den Erwartungen der Gesellschaft, und dann ist der Stolz in Wahrheit eine Art Gift.

Das Kind wird belohnt für das Leben entsprechend äußeren Standards, während doch Liebe bedeutet, dass man mit den inneren Standards des Kindes in Berührung kommt – was nämlich es selbst in dieser Lebenszeit vollbringen will.

Wenn die Aufmerksamkeit systematisch auf äußere Erfolge gelenkt wird, wird das Kind fehlgeleitet in dem Glauben, dass Erfolg gleich Liebe ist, und es wird zu immer mehr Schuldgefühlen neigen, sobald es nicht tut, „was recht ist", was also von ihm als Anpassung an die äußeren Standards erwartet wird.

Wenn es erwachsen ist, wird es vielleicht jemand, der (oder die) nicht erkennt, wenn ihre Grenzen überschritten werden oder wenn sie (oder er) zu viel arbeitet. Diese Kinder werden dann einfach das Bedürfnis haben, alle Zeit Erfolg zu haben und erkennen nicht, dass hart arbeiten eine Sucht für sie geworden ist.

Eine andere Verdrehung der wahren Liebesenergie ist, dass das Kind Liebe mit emotionaler Abhängigkeit verwechselt. Viele Kinder fühlen sich geliebt, wenn sie sich von ihren Eltern gebraucht fühlen. Sie füllen dann ein Loch im Herzen ihrer Eltern aus, ein Loch, um das die Eltern sich nicht selbst gekümmert haben, und sobald das Kind da hinein gerät, bietet es sich selbst als Ersatzelternteil an. Es versucht, die Liebe und Unterstützung zu gewähren, die die Eltern innerlich vermissen. Auf diese Art will es den Eltern gefallen und ihre Liebe erringen, die es so dringend bräuchte.

Aber diese Art von Dienst ist natürlich keine Liebe. Es ist vielmehr ein gefährliches Durcheinander von Energien, das später eine Menge Schwierigkeiten schafft, sowohl in der Beziehung zwischen Eltern und Kind, als auch in den intimen Beziehungen, die das Kind als Erwachsener eingeht.

Viele Eltern haben in ihrer eigenen Kindheit einen Mangel an bedingungsloser Liebe erlebt. Auch sie wurden von ihren Eltern nicht wirklich angenommen. Dies hat einen tief sitzenden

Schmerz und ein Verlassenheitsgefühl in ihrem Wesen hinterlassen. Wenn sie selbst ein Kind haben, umarmen sie es mit gemischten Gefühlen. Auf der einen Seite ist echte Liebe in ihnen, andrerseits ist da das unbewusste Bedürfnis, „für den eigenen Mangel entschädigt zu werden".

Oft versuchen Eltern, ihre eigenen emotionalen Wunden durch die Beziehung zu ihrem Kind zu heilen. Wenn sie das dann unbewusst tun, benutzen sie ihr Kind als Ersatzelternteil. Das Kind soll ihnen dann die Liebe geben, die sie so sehr in ihrer eigenen Kindheit vermissten.

Wenn das geschieht, geraten die Botschaften „Ich liebe dich" und „Ich brauche dich" für das Kind total durcheinander. Die Energie des Kindes wird dann nicht mehr seine eigene bleiben, denn es fühlt sich durch das Bedürfnis des Elternteils zwar ausgesogen, aber dieses Ausgesaugt-Werden, fühlt sich gut für das Kind an. Es gibt ihm ein falsches Gefühl von Sicherheit. Wenn das Kind dann Erwachsener geworden ist, gaukelt ihm dieses Gefühl vor, tief geliebt zu sein, während seine Energie durch den entsprechenden Partner nur abgezogen und ausgenutzt wird. Sie/er wird sich geliebt und angenommen fühlen, wenn sie/er ihre Grenzen überschreitet, um wirklich alles, was sie kann und hat, zu geben. Sie wird emotionale Abhängigkeit, sogar Eifersucht und Besitzanspruch, als Formen der Liebe deuten. Dabei sind diese Energien Liebe diametral entgegengesetzt. Dieser tragische Verlust des Selbst entsteht aus der Verwechslung von Liebe und Gebrauchtwerden.

Bis jetzt habe ich betont, dass, wenn du als Kind auf die Erde kommst, du eingetaucht bist in einen „Ozean des Vergessens", in ein Netz von Illusionen, das dich erst einmal tief hinabzuziehen scheint.

Jedoch von der Ebene der Seele aus gesehen, erlaubst du dir selbst, in die Irre geleitet zu werden. Wenn du auf der Erde inkarnierst, vertraust du tief in dir darauf, dass du die Lösung und den Weg herausfinden wirst. Es ist deine Mission, den Weg aus den Illusionen heraus zu finden und die „Energie der Lösung", die Energie der Liebe und der Klarheit, in die Welt zu bringen und sie für andere verfügbar zu machen.

Zu bestimmten Zeiten in deinem Leben wird es Gelegenheit und Möglichkeiten geben, die dir helfen, diese Mission zu erfüllen.

Während deines Heranwachsens wirst du bestimmte Leute bzw. Situationen antreffen, die dich einladen bzw. auffordern, herauszufinden, wer du bist. Dann wirst du leicht geschubst oder, falls du stur bist, heftig durch das Leben gedrängt, den „Knoten aufzulösen". Es ist unbedingt notwendig, dass du die falschen Bilder vom Leben loslässt, die Teil deiner Mitgift, d.h. Teil der Energie deiner Eltern waren.

Das kann eine Identitätskrise auslösen, die vergleichbar ist mit dem, was im ersten Teil des Buches als erste Stufe beim Übergang vom Ego zum Herzen beschrieben ist. Es mag scheinen, dass nichts mehr gewiss ist und dass alles, was du geglaubt hast, überprüft werden muss. In der Tat, deine Seele wird keinen Stein unverdreht lassen, um dich nach Hause zu bringen. Deine Seele wird so lange an deine Tür klopfen, bis du sie öffnest und dich selbst befreist.

Bedeutende Ereignisse in deinem Leben sind immer darauf ausgerichtet, dir Gelegenheiten zu Wachstum und zur Rückkehr zu dem, der du eigentlich bist, zu bieten. Aber es braucht Mut und Entschlossenheit, um an den Grund dieser Suche zu gelangen und die Energien des neugeborenen Kindes wieder zu gewinnen.

Diese Energien, die noch ungetrübt von der Illusion des Verlustes von Meisterschaft, Liebe und Einheit sind. So wirst du dich zeitweilig scheinbar im Gegensatz zu deiner eigenen Seelenenergie befinden, denn sie will dich wegführen von dem, was du als normal und gut ansiehst. Deine Seele kann dir wie ein widerspenstiger Gast erscheinen, weil du an die Wege dieser Welt, die Wege deiner Geburtsfamilie gewöhnt bist.

Es braucht sowohl die männliche Energie des Selbstbewusstseins und des Urteilsvermögens als auch die weibliche der Liebe und des Verstehens, um dich vom Ego-basierten Bewusstsein zu lösen.

Im Hinblick auf deine Eltern bedeutet Urteilsvermögen, dass du dich von der Furcht - die weh tut und deine Energien ein-

schränkt - distanzierst, dass sie dich doch bisher gefüttert haben. Erinnere dich an die Wichtigkeit der „Energie des Schwertes", die ich zu Beginn erwähnt habe.

Um im spirituellen Sinne deine Geburtsfamilie loszulassen, solltest du fähig sein, zwischen ihrer Energie und deiner eigenen zu unterscheiden, und in der Lage sein, die „Schnüre zu zerschneiden", die dich begrenzen und ersticken lassen.

Es geht nicht primär darum, deinen Eltern gegenüber Ärger und Frustration auszudrücken oder ihnen zu erzählen, wie falsch sie dich behandelt haben. Manchmal tut es gut, zu versuchen, ihnen deinen Standpunkt oder deine Gefühle zu erklären. Aber manchmal werden sie überhaupt nicht verstehen können, was du versuchst, ihnen zu sagen. Es ist möglich, dass sie für den Teil, der bei dir „anders" ist und der zu ihrer Lebensweise im Widerspruch steht, einfach nicht empfänglich sind. Die Bande an die elterlichen Energien zu lösen, bedeutet zuallererst, diese Energien in deinem eigenen Kopf und in deinen Emotionen zu lösen. Es geht darum, in dich hineinzuschauen und herauszufinden, in welchem Maß du stillschweigend durch das Illusionspaket deiner Eltern lebst, durch ihr Tun und Lassen, das auf Angst und Verurteilen beruht.

Seid ihr euch erst einmal klar darüber und gestattet euch selbst, all dies loszulassen, werdet ihr bereit sein, ihnen zu vergeben und wirklich „das elterliche Haus verlassen". Nur wenn ihr die Bande auf der inneren Ebene durchschnitten und Verantwortung für euer eigenes Leben übernommen habt, könnt ihr wirklich eure Eltern sein lassen. Dann habt ihr klar „Nein" zu ihren Ängsten und Illusionen (Schwert des Urteilsvermögens) gesagt.

Zur selben Zeit jedoch werdet ihr erkennen, dass eure Eltern keineswegs identisch mit ihren Ängsten und Illusionen sind. Auch sie sind Kinder Gottes, die versuchen, die Mission ihrer Seelen zu erfüllen. Wenn ihr das einmal gespürt habt, könnt ihr ihre Unschuld fühlen und könnt vergeben.

In gewisser Weise ward ihr Opfer eurer Eltern – eurer Eltern, insofern als dass sie das Ego-basierte Bewusstsein in eurer

Kindheit dargestellt haben. Zeitweilig und teilweise habt ihr entsprechend ihren Illusionen gelebt. Ganz sicher hattet ihr als ihre Kinder keine andere Wahl. Wenn ihr jedoch das Gefühl, damals Opfer gewesen zu sein, überwinden könnt, bedeutet das einen der machtvollsten Durchbrüche, die ihr in eurem Leben haben könnt. Es macht aus euch freie Persönlichkeiten, wenn ihr die tiefen energetischen Eindrücke eurer Kindheit als solche erkennen könnt und bewusst entscheidet, welche wohltuend für euch sind und welche ihr eher loslassen solltet. Das ist Meisterschaft.

Ihr passt euch dann nicht mehr länger den Wünschen und Sehnsüchten Eurer Eltern an - ausser, wenn sie euren eigenen entsprechen. Zur gleichen Zeit rebelliert ihr nicht mehr länger gegen sie. Ihr könnt sehen, dass die falschen Bilder, die sie euch angeboten haben, einfach nicht mehr zu euch gehören, basta! Ihr braucht eure Eltern nicht zu verurteilen, weil sie euch mit diesen Dingen belastet haben. Ihr könnt sie lieben und euch gleichzeitig klar von ihnen distanzieren.

Zusammenfassend kann man sagen, dass ihr durch eure Eltern in das Ego-basierte Bewusstsein eingeführt worden seid und dass ihr es auf der anderen Seite aber auch durch sie überwindet, indem ihr sie in Liebe und Vergebung loslasst und euch selbst als die unabhängigen Meister erkennt, die ihr seid.

Lichtarbeiter und ihre Eltern

An diesem Punkt möchte ich insbesondere über die Beziehung einer Lichtarbeiter-Seele zu ihrer Geburtsfamilie sprechen. Lichtarbeiter tragen oft in sich eine besondere Verpflichtung im Hinblick auf ihre Eltern oder ihre Geburtsfamilie. Sobald sie auf die Erde kommen, haben Lichtarbeiter die spezifische Neigung zu erwachen und sich selbst vom Ego-basierten Bewusstsein zu befreien und die Saat des Christus-Bewusstseins auf der Erde zu pflanzen. Stärker als andere wollen Lichtarbeiter andere lehren und heilen und ihnen helfen, sich in Richtung des Herz-basierten Bewusstseins zu entwickeln.

Daher werden viele Lichtarbeiter mit Eltern oder in Familien geboren, die besonders schwer in der Wirklichkeit des Ego-basier-

ten Bewusstseins stecken. Da es ihre Absicht ist, erstarrte und rigide Energiemuster aufzubrechen, werden Lichtarbeiter wie ein Magnet von „Problemsituationen", in denen Energie stagniert wie in einer Sackgasse, angezogen.

Der Lichtarbeiter kommt in diese Familie mit einer bestimmten Achtsamkeit und einer bestimmten spirituellen Absicht, die ihn oder sie „anders" erscheinen lässt und die nicht in die familiären Erwartungen und Bestrebungen hineinpasst. Irgendwie will das Lichtarbeiter-Kind, durch das, was es ausstrahlt bzw. als seine Wahrheit ausdrückt, die grundlegenden Täuschungen seiner Familie über das Leben in Frage stellen.

Es wird instinktiv alles tun, um die Energie wieder in Bewegung zu bringen und fließen zu lassen.

Während die Lichtarbeiter-Seele nichts mehr wünscht, als seinen Eltern und der Familie zu helfen, werden diese es eher als etwas merkwürdig, ja als schwarzes Schaf, ansehen. Wenn die innere Schönheit und Reinheit des Lichtarbeiter-Kindes nicht als solche erkannt wird, wird es sich immer wieder zeitweilig in Gefühlen von Verlassenheit oder sogar Depressionen verlieren.

Wenn Lichtarbeiter inkarnieren, vertrauen sie tief in ihrem Innern darauf, dass sie ihren Weg finden und dass sie die begrenzende Energie ihrer Geburtsfamilie überwinden werden. Wenn sie dann tatsächlich auf der Erde geboren werden und heranwachsen, werden sie den gleichen Zwickmühlen und Verwirrungen ausgesetzt wie jedes andere Kind. In einer bestimmten Art und Weise erfahren sie diese Verwirrungen tiefer und intensiver. Ihre Seelen sind spirituell sehr bewusst und meistens älter und weiser als die ihrer Eltern. So spüren sie viel eher, das „etwas nicht richtig ist" bezüglich der Energie ihrer Umgebung. Innerlich stehen sie ständig im Konflikt mit der Energie ihrer Eltern, weil sie deren Denkweise und Verhalten nicht verstehen und akzeptieren können.

Diese Zusammenstöße stürzen sie in große Qualen, da sie eher freundlich und sensibel sind. So müssen sie einen Weg finden, um emotionell zu überleben und damit fertig zu werden, ihre Eltern auf der einen Seite heiß und innig zu lieben und auf der

anderen Seite völlig anders zu sein als sie. Dies verursacht eine Reihe psychologischer Probleme in den Lichtarbeitern, die von Verlassenheit, Unsicherheit und Furcht zu Sucht, Depression und Selbstzerstörung reichen.

So ist eure Reise zur Erde und zu den Plätzen der Dunkelheit, wo die Energie starr und ablehnend ist, nicht ohne Risiko. Es ist eine gefährliche Mission. Vergesst nicht, dass ich euch wackere Krieger nenne! Denn ihr seid Pioniere, die sich in fremdes und unbekanntes Gelände wagen. Dort gibt es keine Verkehrszeichen oder Wegmarkierungen. Die Umgebung, in der ihr eure Reise beginnt, ist unfreundlich und fühlt sich so gar nicht nach Heimat an.

Ihr müsst die Energie von einem Zuhause erst für euch schaffen, allein mit Hilfe eurer eigenen Gefühle und Intuition, die euch als Kompass dienen. Als Lichtarbeiter bist du ein Pionier, der die Barrieren alter und stickiger Denkmuster zerbrechen und die darin feststeckende Energie freisetzen will. Fast immer bist du der Erste in deinem Umfeld, der das tut. Erst später wirst du deine Seelengeschwister treffen. Der Kampf, den du aus dir heraus führst, kennzeichnet dich als echten Krieger. Du musst den Weg aus dir selbst heraus finden und wenn du das geschafft hast, wirst du ähnlich denkende Menschen anziehen, Menschen, die deinen erwachten Seinszustand widerspiegeln.

Der einsame Kampf, durch den ihr alle gehen müsst, um euer Licht zu entdecken, ist die schwerste Last für euch. Auf der Ebene der Seele habt ihr diesen Weg bewusst gewählt.

Wenn ihr es jedoch als Kind von Fleisch und Blut durchleben müsst, ist es eine schmerzvolle Angelegenheit, die euch zutiefst verletzt. Ich empfehle euch, diesen Schmerz in euch bewusst zu fühlen und anzuerkennen, weil ihr nur dadurch, dass ihr euch mit ihm verbindet und euch mit ihm versöhnt, ihn umwandeln und loslassen könnt. Erst wenn ihr das verwundete Kind in eurem Innern wirklich erkennt, dieses Kind, das das Kreuz des Fremdseins auf seine zerbrechlichen Schultern genommen hat, werdet ihr zum Kern eurer Bürde vordringen.

Sobald ihr zum Kern durchdringt, ist die Lösung ganz nahe. Ihr braucht nur noch den Schmerz dieses Kindes mit reiner und tiefer Achtsamkeit anzunehmen. Aus dieser Achtsamkeit wird eine Energie tiefen Mitgefühls und Respekts zu diesem Kind strömen. Ihr werdet ihm das Kreuz abnehmen, indem ihr genau so seid, wie ihr seid und den Teil in euch, der so „anders" ist, wirklich liebt und hegt. So bringt Ihr das Kind endlich nach Hause und erfüllt eure Mission als der Pionier, der ihr seid.

Das Familien-Karma auflösen

Die Aufgabe der Lichtarbeiter im Hinblick auf ihre Geburtsfamilie ist, wirklich der zu werden, der sie sind. Wenn sie das tun, erfüllen sie ihre Mission. Es ist nicht ihre Pflicht, ihre Familie zu verändern. Es ist nicht dein Job, irgendetwas außerhalb von dir zu ändern. Du bist nicht hier, um aus der Welt einen besseren Platz zu machen.

Du bist hier, um dich selbst zu erwecken. Und ja, wenn du das tust, wird die Welt ein besserer Platz, weil dein Licht auf sie scheint und Freude und Erleuchtung auch zu anderen bringt. Aber konzentriere dich nicht auf die Welt, ob es nun deine Familie ist oder irgendeine andere Beziehung, die du eingehst.

Die wirkliche Arbeit besteht darin, all diese kleinen Stückchen der auf dem Ego basierenden Furcht und Illusion, die du so tief als Kind in dich aufgesogen hast, loszulassen. Diese energetischen Abdrücke, die zum Teil deine Persönlichkeit schufen, kennenzulernen und die Teile, die nicht zu dir gehören, loszulassen, ist ein anstrengender und intensiver Prozess. Es ist wie alle Schichten einer Zwiebel, eine nach der anderen, abzuschälen; es bedeutet, ein zweites Mal geboren zu werden.

Wenn ich die Tiefgründigkeit dieses inneren Prozesses, diese zweite Geburt, so hervorhebe, habe ich nicht die Absicht, euch zu entmutigen. Aber ich möchte, dass ihr einen tiefen Respekt vor euch selbst habt. Ihr seid die wackersten Krieger, die ich kenne. Ihr seid Pioniere, die, dadurch dass ihr euer eigenes Licht an Orten der Dunkelheit und Feindseligkeit anzündet, den Weg für ein neues Bewusstsein auf der Erde bereitet.

Es gehört nicht zu eurem Job, das Licht in dem Herzen eines

anderen anzuzünden. Das ist dessen eigene Aufgabe. Du kannst einen Zündfunken anbieten, ein Beispiel geben, aber in keinem Fall bist du verantwortlich für die Erweckung von irgendwem auch immer. Das ist insbesondere in Hinblick auf deine Geburtsfamilie zu betonen. Oft fühlst du als Kind instinktiv und – bewusster – als Erwachsener, dass du deine Eltern von ihren Ängsten und Illusionen retten müsstest. Darüber hinaus denkst du oft, dass du bei deiner Aufgabe versagt hättest. Du fühlst, dass du nicht wirklich in der Lage warst, deinen Eltern so zu helfen, wie du es vorgehabt hattest.

Diese Erwägungen beruhen auf einer fehlerhaften Wahrnehmung von dem, was helfen wirklich meint, und was deine Arbeit im Hinblick auf deine Eltern ist.

Tatsächlich ist die Situation nämlich folgende: Von deiner Geburt an beginnst du damit, die Energien deiner Eltern sehr intensiv aufzusaugen, so als wären es deine eigenen. Du kannst kaum noch unterscheiden, wo du beginnst und wo sie enden.

Da du ihre Ängste und Illusionen aufsaugst, gerätst du auf intime Weise in Kontakt mit ihren emotionalen Bürden. Diese Bürden können auf sie über mehrere Generationen hinweg gekommen sein. Es kann da einen karmischen Aspekt geben, was bedeutet, dass dasselbe Problem sich immer wieder wiederholt, bis der „Zauberbann gebrochen" ist. Das kannst du Familienkarma nennen.

Das können Probleme sein, die aus dem Ungleichgewicht von männlicher oder weiblicher Energie stammen, Energien, die aus alten Sklaventraditionen kommen, Probleme, die wegen Krankheiten überdauern, usw. Diese Art karmischer Bürde ist aufgelöst, wenn die starre Energie im Innern aufgelöst wird und nicht mehr an die nächste Generation weitergegeben wird.

Familienkarma ist aufgelöst, wenn mindestens ein Familienmitglied die Verbindung kappt, indem es sich selbst von den emotionalen Belastungen befreit, die er oder sie von Kindheit an aufgesogen hat und die vielleicht sogar in den Genen steckten.

Das Familienmitglied, das „den Zauberbann" bricht, tut es

demnach zuallererst für sich selbst. Es geht darum, dass du auf dein eigenes Wachstum und deine Weite ausgerichtet bist. Dieses Wachstum und diese Weite haben eine Auswirkung auf die „Energie der Familie". Es öffnet die Möglichkeit für andere Familienmitglieder, ihren Weg ebenso da heraus zu finden.

Der/die Lichtarbeiterin, der/die sich selbst aus der emotionalen Sackgasse befreit hat, legt eine energetische Spur für andere in der Familie. Das erfüllt sie durch ihre innere Arbeit und durch das, was sie dadurch ausstrahlt. Es ist nicht ihre Aufgabe, andere zu drängen, sich zu ändern, oder sie nach vorne zu schubsen. Was sie ihrer Geburtsfamilie energetisch anbietet, ist die Möglichkeit zur Veränderung. Ihre Energie spiegelt für diese die Möglichkeit, sich zu ändern und das ist alles, was sie tun kann und soll.

Ob die Familienmitglieder den Pfad aufnehmen, ist ganz und gar ihre Sache. Weder bist du dafür verantwortlich, noch hängt deine spirituelle Mission davon ab, ob irgendjemand anderes entscheidet, sich zu ändern oder nicht. Möglicherweise hast du dich von der karmischen Bürde befreit, die deine Familie dir aufgeladen hatte, und wirst nun lächerlich gemacht oder von deiner Familie abgewiesen. Dennoch war deine Mission vollkommen erfolgreich. Du hast die hypnotische Klammer, die als karmisches Muster über deiner Herkunftsfamilie lag, zerbrochen, und wenn du Kinder hast, wird diese emotionale Bürde sie nicht mehr belasten. So sieht deine Seelenmission aus.

Stell dir vor, du würdest in einem Tal leben, das ganz kahl und ausgetrocknet ist. Alle in deiner Gemeinde erzählen dir, dass du nicht aus diesem Tal herauskommen kannst – denn es gäbe sonst nichts. Du scheinst der einzige zu sein, der sich erinnert, dass es viel üppigere und fruchtbarere Landstriche gibt als diesen. Nach einer Weile Hin- und Her-Überlegen, entschließt du dich, dein Glück zu versuchen und aus dem Tal herauszuklettern. Die Route ist nicht nur sehr steil, es gibt auch keine Zeichen oder Markierungen, um dich zu orientieren. Während des Hinaufkletterns hinterlässt du eine Spur.

Irgendwann kommst du aus dem Tal heraus und die nun vor dir

liegende Landschaft überwältigt dich mit Freude und einem Gefühl des Wiedererkennens. Du wusstest, dass da draußen etwas ist, was sich viel eher als Heimat anfühlt als dein Geburtstal. Du schaust enthusiastisch herum und hältst Ausschau nach deiner Familie. Du wünschst, dass sie zu dir kommen und sich auch an diesem großartigen Anblick ergötzen. Du würdest gerne deinen Sieg mit ihnen teilen. Aber du kannst niemanden da unten entdecken, und wenn du doch den einen oder anderen in der Ferne bemerkst, scheint er an deiner Reise gar nicht interessiert zu sein.

Das passiert den Lichtarbeiterseelen häufig. Ich bitte dich, in dieser Hinsicht nicht mit dem Verlust deiner Familie zu hadern. Du hast ihnen durch die Wanderung heraus aus dem Tal einen großen Dienst erwiesen, du hast den Weg gefunden und eine Spur hinterlassen. Diese Spur bleibt da, und sie wird eines Tages von irgendjemandem benutzt, der aus diesem seltsamen Tal herausklettert. Die Spur ist ein Energieraum, den du für ihn oder sie verfügbar gemacht hast.

Das Erstellen dieser Spur war dein Motiv, als du mit diesen Eltern und in diese Familie geboren wurdest. Es ist nicht deine Aufgabe, für das Wohlergehen deiner Familie zu sorgen oder sie auf deinen Schultern aus dem Tal zu schleppen. Das ist nicht deine Aufgabe.

Jedes Mal, wenn du deine Eltern oder deine Familie sinnbildlich diesen steilen Berg heraufzerren willst, behinderst du dein eigenes Wachstum und wirst desillusioniert und enttäuscht. Das ist nicht der Weg von spirituellem Wachstum und Alchemie.

Diese Menschen, die du liebst und mit denen du dein Licht teilen möchtest, können wählen, in diesem Tal für noch ein Jahrhundert oder mehr zu leben. Das ist ihre Sache. Eines Tages werden sie – gemäss ihrer eigenen Zeit – die kleine Spur entdecken, die hinaufführt, und dann werden sie denken: „Hey, das ist ja interessant, ich werd mal hinaufgehen und den Weg probieren; hier unten geht’s mir nicht mehr gut.“ Und dann gehen sie los. Sie werden ihre eigene Reise ins innere Wachstum und ihren eigenen Anstieg ins Licht beginnen. Und ist das nicht wundervoll, ist es nicht unglaublich kostbar, dass

sie da den ganzen Weg entlang Markierungen und eine Spur, an die sie sich halten können, finden. Sie werden durch ihre eigenen Kämpfe gehen, aber sie werden einen Lichtstrahl vorfinden, der ihre Reise beleuchtet. Als Pionier hast du den Weg durch wildes und unbekanntes Land gebahnt, und die von dir befestigte Route wird mit Dankbarkeit und Verehrung benutzt.

Um wirklich frei zu sein und deine Meisterschaft als unabhängiges spirituelles Wesen wiederzugewinnen, ist es nötig, deine Geburtsfamilie loszulassen. Du musst sie loslassen nicht nur als ihr Kind, sondern auch als ihr Elternteil. Lass mich diese doppelte Bindung erklären. Es ist für das Kind in dir notwendig, dass es die Hoffnung aufgibt, dass deine Eltern dir bedingungslose Liebe und Sicherheit geben können. Du musst dich diesem inneren Kind in dir zuwenden und ihm helfen, seine ärgerlichen, traurigen und enttäuschten Teile, die sich von seinen Eltern verraten fühlen, loszulassen. Das ist die Aufgabe für dich als Kind.

Es ist jedoch auch nötig, den Teil loszulassen, mit dem du deinen Eltern Vater bzw. Mutter sein willst. Es ist für Lichtarbeiter typisch, dass sie sich, wenn sie älter werden, von einem bestimmten Punkt an beginnen, als Eltern ihrer Eltern zu fühlen. Auf Grund ihres eingeborenen Wunsches zu lehren und zu heilen und ihrer entwickelten spirituellen Achtsamkeit, erkennen sie oft die Ängste und Illusionen ihrer Eltern klar und deutlich und dann wollen sie diese heilen. Vielleicht gerätst du dann in eine Menge Kampf mit deinen Eltern, weil dein Wunsch ihnen zu helfen oft verquickt ist mit deinem unbewussten Verlangen, für den anerkannt zu sein, der du wirklich bist. Das aber bedeutet: Das verletzte Kind spricht durch dich, wenn du versuchst, deinen Eltern zu helfen, und es ist geradezu ein sicheres Rezept für Übel, wenn du versuchst, anderen durch die verletzten Teile in dir zu helfen. Am Ende bist du noch verletzter und deine Eltern werden bestürzt bzw. verwirrt sein.

Die Eltern loszulassen, bedeutet, jeden Wunsch sie ändern zu wollen, fallen zu lassen. Ihr habt zu verstehen, dass es nicht eure Pflicht ist, sie irgendwohin zu führen. Eure Mission ist,

euren eigenen Weg zu beschreiten – das ist alles.

Nachdem ihr euch wirklich von euren Eltern getrennt habt, wenn ihr die doppelte Bindung aufgelöst habt, werdet ihr erkennen, dass sich zwischen euch und ihnen neuer Raum, viel freier und offener, auftut. Falls sie noch leben, wird die Beziehung zu euren Eltern weniger beladen sein, da die Energien von Tadel und Schuld die Bühne verlassen haben. Andrerseits werdet ihr fühlen, dass ihr sie gar nicht mehr so oft besuchen wollt. Vielleicht liegt das schlicht an einem Mangel gemeinsamer Interessen. Auf jeden Fall werdet ihr euch in dieser Beziehung freier fühlen, weil ihr euch vielmehr eurem eigenen Weg durch das Leben widmet ohne das ständige Bedürfnis nach Anerkennung oder die Tendenz, sich zu ärgern und empört zu sein, wenn sie nicht mit dir überein-stimmen.

Vielleicht kommst du nun in deinem Leben mit Menschen zusammen, die zu deiner „spirituellen Familie" gehören. Deine spirituelle Familie hat nichts zu tun mit Biologie, Genen oder Vererbung. Es ist eine Familie geistesverwandter Seelen. Oft kennst du sie aus früheren Leben, in denen ihr durch Freundschaft, Liebe bzw. eine gemeinsame Aufgabe verbunden ward. Es ist sehr leicht, sich mit ihnen zu verständigen, denn euch gemeinsam ist eine innere Ähnlichkeit; ihr gehört zur gleichen Familie. Es ist eine Art nach-Hause-kommen, die du da erfährst. Was dich sonst bei anderen Leuten immer fremd und einsam fühlen ließ, wird nun zur Grundlage eurer Verbindung und gegenseitiger Anerkennung. Mit deiner spirituellen Familie verbunden zu sein, ist eine echte Quelle von Freude während deines Lebens auf der Erde. Der Schlüssel, dies in deinem Leben zu ermöglichen, besteht darin, deinen eigenen Weg "aus dem Tal heraus" zu finden und das Licht darin zu erkennen. Wenn du fähig bist, dein eigenes Licht zu erkennen, in einer Umgebung, die es dir nicht widerspiegelt, bist du unabhängig und frei. Von den karmischen Aspekten deiner Geschichte und von den Ängsten und Illusionen, die dich niedergehalten haben, befreit, wirst du Beziehungen in dein Leben ziehen, die auf Liebe und Achtung gründen und die deine erwachte Göttlichkeit spiegeln. (Übersetzung:Egbert Mieth und Anna Bahlinger-Çetin

5 Männliche und weibliche Energien

Liebe Freunde,

es freut mich sehr, wieder bei Euch zu sein. Ich bin so froh, in Eurer Mitte zu sein. Ihr habt die Tendenz, zu mir, oder anderen wie mir, aufzuschauen, als seien wir Meister, aber wir sehen es nicht so. Wir sehen, dass Ihr in einer schwierigen Zeit Euren Weg geht, einer Zeit, in der sich vieles verändert und wir sehen, wie Ihr Eurer eigenen Meisterschaft entgegenwachst. Wir sehen, dass Ihr die Meister werdet, zu denen Ihr selbst noch immer manchmal aufseht. Und darum geht es auch in Wirklichkeit: zu Eurer eigenen Meisterschaft zu finden! Folgt nicht aus einer Tradition heraus oder aus Büchern oder aus dem, was andere Euch erzählen, irgendeinem Meister. Findet zu Eurer eigenen Meisterschaft, darum geht es.

Heute will ich über ein Thema sprechen, das weit, weit in Eure Geschichte zurückreicht: die männlichen und weiblichen Energien. Hier geht es um alte Energien, die aktuell eine Menge Veränderungen erleben.

Zunächst möchte ich Euch etwas über die Natur des Männlichen und des Weiblichen sagen. Diese Energien sind in Wahrheit zwei Aspekte eines Ganzen. Deswegen sind sie auch nicht wirklich gegensätzlich oder dualistisch, sie sind eins, sie sind zwei Gesichter derselben Energie.

Die männliche Energie ist der Aspekt, der mehr nach außen gerichtet ist. Es ist der Anteil von Gott oder Geist, der die äußere Manifestation vorantreibt, der dem Geist Gestalt gibt und ihn Form annehmen lässt. Die männliche Energie verfügt daher über eine starke kreative Kraft. Es ist ganz normal für die männliche Energie, sehr konzentriert und zielgerichtet zu sein. Auf diese Weise erschafft die männliche Energie Individualität. Die männliche Energie erlaubt es Euch, Euch von dem Einssein, von dem Ganzen zu trennen und ein spezifisches Individuum zu sein, das alleine steht.

Die weibliche Energie ist die Energie Eures Zuhauses. Es ist die Energie der Urquelle, fließendes Licht, reines Sein. Es ist die

Energie, die noch nicht Gestalt angenommen hat, der innere Aspekt der Dinge. Die weibliche Energie ist allumfassend und ozeanisch; sie unterscheidet und trennt nicht.

Nun, stellt Euch vor, wie sich die weibliche Energie einer gewissen Bewegung in ihrem Inneren bewusst wird, einer leichten Unruhe, einem Sehnen nach … dem Überschreiten von Grenzen, danach, aus sich selbst herauszutreten, um Erfahrungen zu sammeln. Da besteht eine Sehnsucht nach etwas Neuem, nach Abenteuer! Und dann kommt da eine Energie, die eine Antwort auf diese Sehnsucht ist. Es ist die männliche Energie, die helfen möchte und sie darin unterstützt, sich als Materie, als Form zu manifestieren. Die männliche Energie definiert und gestaltet die weibliche Energie und durch ihre Kooperation kann die Gesamtsumme beider Energien eine ganz neue Richtung einschlagen. Eine neue Realität entsteht, in der alles ausprobiert und erfahren werden kann, in unendlich vielen, sich ständig verändernden Manifestationsformen.

Der Tanz des Männlichen und des Weiblichen bringt das fliessende Schauspiel schöpferischer Energie, Eurer Schöpfung, mit sich. Dies ist ein Schauspiel großer Schönheit, in dem männliche und weibliche Energie sich gegenseitig verehren, und ihr Zusammenwirken und ihr spielerisches Zusammensein genießen. Und so sollte es auch sein. Männliche und weibliche Energie gehören als zwei Aspekte des Ganzen zusammen und zusammen feiern sie die freudvolle Manifestation, die die Schöpfung eigentlich sein soll.

Es wurde gesagt, dass in der letztendlichen Realisierung dessen, was Ihr seid, die einzig wichtige Wahrheit heißt: ICH BIN. Und in genau diesem mystischen Mantra verschmelzen diese beiden Aspekte. Im ICH ist die männliche Energie, im BIN die weibliche. Das ICH ist einschränkend, unterscheidend, es gibt einen Fokus, es gibt eine Richtung an, es trennt: ICH, nicht der andere, ICH. Und dann das BIN. BIN ist ozeanisch, allumfassend. Es spiegelt den Ozean des Zuhause, die weibliche Energie, die nie versiegende Quelle, die keine Grenzen, keine Unterscheidung kennt, wider. Der fließende und verbindende Aspekt ist der Kern der weiblichen Energie. Im ICH BIN

kommen das Weibliche und das Männliche zusammen und vereinigen glücklich ihre Energien.

Nun entstand in der Geschichte der Menschheit und sogar schon vorher, ein Konflikt zwischen dem Männlichen und dem Weiblichen. Ich werde auf die Ursprünge dieses Konflikts jetzt nicht näher eingehen. Aber in Eurer Geschichte gibt es ein Auseinanderdriften der weiblichen und männlichen Energie, so dass sie wie entgegengesetzte Kräfte wirken. Das Ying-Yang-Symbol demonstriert die eigentliche Situation sehr gut: Im Männlichen ist immer auch ein weiblicher Kern und im Weiblichen besteht immer ein männlicher Kern, so wie sich in der schwarzen Fläche ein weißer und in der weißen Fläche ein schwarzer Punkt befindet. Aber im Lauf der Geschichte wurde diese mystische Einheit des Männlichen und Weiblichen vergessen und diese Energien wurden einander entgegengesetzt wie Schwarz und Weiß. Die zugrunde liegende Einheit wurde nicht länger erkannt.

Im Moment befindet Ihr Euch in der letzten Phase dieser Geschichte von Konflikten, in der männliche Energie für viele Jahrhunderte die Rolle des Täters gespielt hat. Die männliche Energie hat lange Zeit eine Rolle gespielt, in der sie die weibliche Energie unterdrückte, verstümmelte und zerstörte. Aber es war nicht immer so. Es gab auch Zeiten, in denen die weibliche Energie die Oberhand hatte, und die männliche Energie schändlich manipulierte und dominierte. Aber diese Zeit ist vorbei. Der Konflikt nahm an einem bestimmten Punkt eine Wendung und die Rollen von Täter und Opfer wurden vertauscht. Die männliche Energie ist nun seit langer Zeit an der Macht und hat ihre Macht auf solche Weise missbraucht, dass die weiblichen Energie geschwächt wurde und die Integrität ihres eigenen Wesens nicht mehr erkennen kann. Wann immer männliche und weibliche Energie im Konflikt stehen, ist der Zerfall beider unausweichlich. Während das Weibliche immer mehr zum Opfer wird und sich in Selbstverleugnung verliert, verliert sich das Männliche in rücksichtsloser Gewalt und der Art von Aggression, die Ihr aus den vielen Kriegen in Eurer Geschichte kennt.

Das Männliche und das Weibliche sind aufeinander angewiesen. Wenn sie gegeneinander kämpfen, sind die Konsequenzen verheerend. Aber die Zeiten ändern sich. Seit dem 19. und 20. Jahrhundert gewinnt die weibliche Energie wieder an Kraft und erhebt sich über die Rolle des Opfers. Diese Auferstehung kommt aus der Tiefe der weiblichen Energie. Sie hat letztendlich die äußerste Grenze der Selbstverleugnung erreicht. An diesem Punkt hat sie sich selbst ins Gesicht gesehen und festgestellt: bis hierhin und nicht weiter.

Übrigens: so sieht es immer in der Dynamik zwischen Opfer und Täter aus. Veränderungen beginnen genau dann, wenn das Opfer sich weigert, sich länger malträtieren zu lassen. Der Täter könnte durchaus noch länger an seiner Rolle festhalten, denn er hat weniger Veranlassung, damit aufzuhören. Eine Revolution setzt immer dann ein, wenn das Opfer sich weigert, noch mehr hinzunehmen und schließlich seine eigene Macht zurückfordert. In allen Unterdrückungssituationen, sei es bei Frauen in der Gesellschaft oder in ihren Familien, tritt der Moment der Veränderung zu dem Zeitpunkt ein, wenn die Frau – oder die weibliche Energie - in einer Person für sich selbst entscheidet: Ich mach das nicht mehr mit. Dann beginnt sich die Lage wirklich zu verändern. Äußere Maßnahmen sind nutzlos, bis dieser Moment eintritt.

Die weibliche Energie hat sich erhoben und ihr Stern ist im Steigen. Tatsächlich ist in diesem Zeitalter die dringendste Angelegenheit die Transformation der männlichen Energie!!! Es ist nun Zeit für eine neue Definition männlicher Energie. Ich hätte dieses Channeling auch ganz leicht „Die Wiedergeburt der männlichen Energie" nennen können. Denn ich möchte betonen, dass die weibliche Energie sich nur in der Vereinigung mit einer erwachsenen und ausbalancierten männlichen Energie wieder erholen kann.

Die weibliche Energie hat im letzten (20.) Jahrhundert wieder an Kraft und Stärke gewonnen. Sie hat begonnen, auf eine neue und ausbalanciertere Art und Weise aufzublühen. Trotz der Ungleichheit der Geschlechter, die in Eurer Gesellschaft immer noch vorhanden ist, ist der Aufstieg der weiblichen

Energie nicht mehr aufzuhalten. Aber die weibliche Energie kann ohne Zusammenwirken mit der männlichen Energie nicht zu voller Stärke und Vitalität gelangen. Das gilt sowohl für die kollektive Ebene als auch für das Individuum.

Die weibliche Energie kann ihren endgültigen Durchbruch ohne die Unterstützung durch und die Verbindung mit der männlichen Energie nicht schaffen. Das hat nichts mit einer naturgemäßen Schwäche der weiblichen Energie zu tun; es liegt einfach in der wesentlichen Natur männlicher und weiblicher Energien: der Tatsache, dass sie miteinander verflochten sind und ihr strahlendes Potential nur im Zusammenwirken entwickeln können. Deswegen ist es jetzt zwingend notwendig, dass die männliche Energie sich in Form bringt und in der neuen Zeit ankommt!

Wenn Ihr Euch das Zusammenspiel zwischen Männern und Frauen auf kollektiver Ebene anseht, dann befindet sich die weibliche Energie gerade in einer Warteposition. Sie wartet. Innerhalb der kollektiven männlichen Energie spielt sich zur Zeit ein Kampf zwischen alt und neu ab. Eine neue Welle der Energie, die die weibliche Energie anerkennt und respektiert, wächst innerhalb der männlichen Energie heran. Diese neue Welle der männlichen Energie möchte sich mit der weiblichen vereinigen und zusammen das Neue Zeitalter beginnen. Aber gleichzeitig ist die ältere Woge der männlichen Energie immer noch aktiv und versucht sich durchzusetzen. Diese Energie wirkt deutlich in der Serie von Terrorakten, die sich überall in der Welt ereignet haben. Die männliche Energie zeigt hier in ihrer alten Rolle als herzlose Täterin noch einmal ihr hässliches Gesicht. In denen, die diese schrecklichen Attacken begehen, sitzen sehr dunkle Emotionen: Aggression, Zorn und gleichzeitig tiefste Machtlosigkeit und Hilflosigkeit. Aus dieser abgrundtiefen Hilflosigkeit heraus greifen sie nach den brutalsten und zerstörerischsten Formen von Machtanwendung. Diese männliche Energie, von der wir sprechen, windet sich im Todeskampf. Sie spürt, dass sich auf kollektiver Ebene wichtige Veränderungen ereignen und dass die Menschheit an der Schwelle einer neuen Ära steht.

Eines der Probleme, denen Ihr nun gegenübersteht, während Ihr auf ein ausgewogeneres Verhältnis zwischen Männern und Frauen zusteuert, besteht nun darin, wie Ihr mit dieser Art von rücksichtsloser Energie umgeht. Was tun mit dieser alten männlichen Energie, die versucht, vor ihrem Untergang soviel Aufruhr und Zerstörung zu erschaffen wie nur möglich? Denn lasst mich Euch eines sagen: ihr Untergang ist eine Tatsache. Der Kampf ist für die alte männliche Energie bereits verloren, aber sie wird nicht so einfach aufgeben, und sie wird sich bis zum bitteren Ende mit Aggression und gnadenloser Dominanz zur Wehr setzen.

Vieles hängt davon ab, wie die innere kollektive Haltung diesen Aggressoren gegenüber steht. Werdet Ihr Zorn und Machtlosigkeit, als Reaktion auf Gewaltakte, in Euer eigenes Energiefeld hineinlassen? Dann öffnet Ihr Euer Energiefeld den Aggressoren. Im selben Moment, in dem Ihr Euch von Eurem Ärger und Eurer Abneigung gegen sie überwältigt fühlt, haben sie ihr Ziel erreicht. Dann haben sie Euch in ihre energetische Schwingung gezogen und Ihr wäret ebenfalls bereit, zu töten: die Mörder der Unschuldigen zu töten. Das ist alles sehr verständlich, aber es ist lebenswichtig, dass Ihr erkennt, was hier abgeht. Sobald heftige Emotionen aufkommen, ist es weise, eine Pause in Stille einzulegen. Geht zu dem ruhigen, wissenden Teil Eures Selbst und fragt: Was geht hier wirklich vor? Es kommt nun ganz auf Eure Weisheit und Euer Urteilsvermögen an, Eure Fähigkeit, die Dinge zu durchschauen und zu fühlen, was wirklich auf dem Spiel steht. Die Welt wird durch terroristische Kräfte nicht übernommen werden; die alte männliche Energie hat ihren Auftritt gehabt und ihre Todesstunde ist nahe.

Die wichtigste Botschaft, die ich in Bezug auf Terrorismus, diese Manifestation alter männlicher Energie, habe, lautet: Bleibt bewusst! Lasst Euch nicht selbst durch Gefühle der Hilflosigkeit, z.B. durch Opferhaltung, aus Eurer Mitte bringen. Seid Euch bewusst, dass niemand durch diese aggressive Energie berührt wird, solange er sie nicht in sein eigenes Energiefeld hineinlässt. Wenn Ihr nicht mit Zorn oder Hass reagiert, werdet Ihr sie nicht zu Euch hinziehen. Ihr werdet durch Euer eigenes

Licht sicher und beschützt sein.

Jetzt möchte ich Eure Aufmerksamkeit auf die alltäglichere, mehr individuelle Ebene richten, auf der Ihr mit den männlichen und weiblichen Energien in Euch selbst umgehen müsst. Denn auf der individuellen Ebene gab es ebenfalls einen Kampf zwischen männlicher und weiblicher Energie. Alles, was auf kollektiver Ebene passiert, hat seine Entsprechung auf der individuellen.

Um die Bedeutung der Balance zwischen Weiblichem und Männlichem auf individueller Ebene zu verdeutlichen, möchte ich etwas über die Energiezentren im Körper, die Ihr auch Chakren nennt, sagen. Da gibt es sieben, von denen Ihr momentan wisst, und diese sind entlang des Rückgrates angeordnet, vom Steißbein bis zur Schädeldecke (Krone). Ich werde kurz auf all diese Chakren eingehen, um Euch klarzumachen, dass sie alle entweder durch eine vorwiegend männliche oder eine vorwiegend weibliche Art von Energie gekennzeichnet sind.

Das Steißbein-(Wurzel-)Chakra ist das Energiezentrum, das Euch mit der Erde verbindet. Die Energie dieses Energiezentrums strebt zur Erde und erlaubt Euch, Eure Seelenenergie in physischer Form zu manifestieren - auf der festen, materiellen Ebene der Realität. Im Hinblick auf das Hinausstreben in Richtung Erde und die Energie der Manifestation, könnt Ihr es als (überwiegend) männliches Chakra bezeichnen. Ein Chakra ist nie vollständig männlich oder weiblich, aber man könnte sagen, dass die männliche Energie die Oberhand hat.

Das zweite Chakra ist das Nabelchakra. Es ist das Zentrum des Gefühls. Dieses Zentrum erlaubt Euch, Emotionen, Stimmungsschwankungen, kurz, alle die Höhen und Tiefen des Gefühlslebens wahrzunehmen. Es ist ein empfangendes Zentrum. Deshalb nenne ich es ein weibliches Zentrum, ein Chakra, in dem der weibliche Energiefluss dominiert.

Jetzt kommen wir zum dritten Chakra, auch Solarplexus genannt: das Zentrum von Aktion und Schöpfung. Dies ist ganz

deutlich ein Zentrum, das auswärts drängt und der Energie gestattet, sich in der materiellen Realität zu manifestieren. Ihr könnt es mit der Sonne vergleichen, ihren in alle Richtungen gehenden Strahlen, und der Kraft des gelben Sonnenlichts (die natürliche Farbe des 3. Chakras ist Gelb). Im Solarplexus werden Eure inneren Motive und Anregungen in äußere Manifestationen transformiert. Es ist das Aktivitätschakra, das nach außen drängt. Es ist auch der Sitz des Ego, womit wir die irdische Persönlichkeit meinen, ohne dies negativ zu meinen. Die vorherrschende Energie ist männlich.

Ich will mit dem Herzchakra fortfahren. Dies ist ebenfalls ein empfangendes Zentrum, wie das Nabelchakra, und es verbindet vor allem verschiedene Energieflüsse. Es ist das Zentrum, in dem Himmel und Erde sich begegnen und in dem die unteren drei und die höheren drei Chakren sich verbinden. Das Herz kann eine Brücke zwischen dem Verstand (Kopf) und den Gefühlen (Bauch) bilden. Vom Herzen her könnt Ihr Euch mit jemandem verbinden und über Euch selbst hinauswachsen. Das Herz überwindet die Begrenzungen des Ego und macht es Euch möglich, Einheit mit allem um Euch herum zu fühlen, mit Allem Was Ist. Das Herzchakra ist das Eintrittsportal für die Energie von Zuhause. Es ist ganz klar ein Verbindungszentrum und ist deshalb vorwiegend weiblich.

Das Halschakra ist männlich. Von diesem Zentrum aus bekommen innere Anstöße, Ideen und Emotionen durch Sprechen, Lachen, Singen oder Schreien etc. ihre äußere Form. Hier wird das innere Leben durch Kommunikation mit Hilfe von Stimme und Sprache nach außen gebracht. Durch dieses Zentrum macht Ihr Euer inneres Leben für andere durch physische Signale sichtbar: Worte, Töne, Konzepte. Es ist ein Manifestationszentrum, das Euch ermöglicht, Eure Energie nach außen auf die materielle Ebene zu übertragen. Es ist auch ein Zentrum der Kreativität.

Das sechste Chakra, auch das „Dritte Auge" genannt, das in der Mitte Eures Kopfes angesiedelt ist, ist wieder weiblich. Es empfängt die „außersensorischen", intuitiven Eindrücke, und übersteigt die Grenzen des Materiellen (die 5 körperlichen

Sinne). Es ist der Sitz von Hellsichtigkeit, übersinnlichen Kräften etc. Durch dieses Zentrum könnt Ihr die Energie von anderen (Gefühle, Schmerzen, Freude) als Eure eigenen fühlen. Mit dieser Fähigkeit, der Fähigkeit des Einfühlens, übersteigt Ihr die Grenzen des Ego und verbindet Euch mit „dem, was nicht Ihr seid".

Und dann ist da zu guter Letzt das Kronenchakra, auf dem Kopf. Dieses Chakra ist weder männlich noch weiblich. Man könnte auch sagen: Es ist beides. In diesem Chakra überwindet Ihr die Dualität des Weiblichen und des Männlichen. Das Kronenchakra ist eine interessante Mischung aus beiden Energien. Wenn dieses Chakra in Balance ist, befindet sich das Bewusstsein gleichzeitig in einem Zustand des Empfangens wie auch des Gebens. Da ist ein „Streben" nach „anderen Dimensionen", in denen es nach spirituellem Rat oder Unterstützung sucht, oder zu tieferen Bereichen des Selbst. Und gleichzeitig ist da eine ruhige und friedliche Aufnahmebereitschaft, ein Wissen, dass die Antworten zur rechten Zeit kommen werden. Es ist ein Bewusstseinstyp, der gleichzeitig sehr konzentriert und sehr empfangsbereit ist. In diesem Bewusstseinszustand kommt Ihr der Einheit, die der männlichen und weiblichen Energie zugrunde liegt, der Energie von Gott oder Geist, sehr nahe.

Damit habe ich ganz grob die Bewegung des männlichen und des weiblichen Energieflusses durch den Energiekörper des Menschen umrissen. Jetzt möchte ich über die tieferen 3 Chakren im Einzelnen sprechen. Dies sind die Chakren, die am meisten mit der Erde verbunden sind, und die am meisten mit Eurem Dasein hier auf der Erde zu tun haben. Dieser Bereich der tieferen drei Chakren ist für Eure innere Reise zur Heilung von höchster Bedeutung, denn hier liegen Eure tiefsten Traumen und emotionalen Narben.

Häufig habt Ihr das Gefühl, irdische Wesen zu sein, die dem Spirituellen entgegenwachsen. Aber wir sehen es gerade anders herum. Ihr seid spirituelle Wesen, die der Erde entgegenwachsen. Die Erde ist ein wunderbares Zielgebiet, ein versteckter Diamant, der seine wahre Schönheit erst noch

offenbaren muss. Die Erde ist das Gelobte Land!

Der Himmel ist Euer Geburtsort. Aber Ihr werdet nie in den Bewusstseinsstand zurückkehren, an den Ihr Euch als „Zuhause" oder „Himmel" erinnert, zu einem Zustand reinen spirituellen Seins. Das Abenteuer der Schöpfung bringt Euch zu neuen Zielen, Ihr seid ständig im Wachsen und im Euch Entwickeln: in Richtung einer völlig neuen Art von Bewusstsein (wir haben darüber bereits im letzten Kapitel der Lichtarbeiterserie gesprochen). Die Erde ist ein ganz wesentlicher Teil dieser Reise.

Und doch, in Euren Manifestationen auf der Erde und Euren Versuchen, Euch hier selbst auszudrücken, habt Ihr eine Menge erlitten. Fast alle unter Euch haben schwere emotionale Wunden in den tieferen drei Chakren davongetragen, verursacht durch Erfahrungen der Zurückweisung, der Gewalt, des Verlassenwerdens. Dies mag sogar in diesem Leben gewesen sein. Fast alle Energieblockaden in den oberen drei Chakren hängen mit emotionalen Verletzungen in den tieferen drei Chakren zusammen.

Ich will als erstes etwas über das Steißbein-(Wurzel-)Chakra sagen. Eure Verbindung mit der Erde wurde, vor allem bei Euch Lichtarbeitern, emotional belastet. Weil Ihr über mehrere Leben hinweg tiefem Widerstand begegnet seid, ist da viel Angst und Abwehr in Euch, wenn es darum geht, Euch wirklich tief zu erden. Erden bedeutet, wirklich vollständig in Euren irdischen Körpern anwesend zu sein und Eure innerste Motivation als materielle Realität auszudrücken. Dieser Widerstand, sich wirklich zu erden, wurde bereits früher behandelt (in der Lichtarbeiter-Serie). Es hat vor allem damit zu tun, dass Ihr „anders" wart und dafür abgelehnt wurdet.

Im Zweiten Chakra, dem emotionalen Zentrum, wurdet Ihr ebenfalls durch Erfahrungen der Bedrohung oder des Verlassenwerdens (buchstäblich oder emotional) tief verletzt und in Eurer Ausdrucksfähigkeit stark eingeschränkt.

Durch diese traumatischen Belastungen in Euren unteren zwei Chakren ist das Solarplexus-Chakra (drittes Chakra) ebenfalls

schwer betroffen. Der Solarplexus hat mit Lebenskraft, positiver Energie und Stärke zu tun. Ihr kennt einige Beispiele für wahre Stärke. Ich meine damit eine Stärke, die nicht aggressiv und nicht zerstörerisch ist. Das Solarplexus-Chakra ist dafür verantwortlich, dass Ihr häufig beobachten könnt, dass sich eine Person als entweder aggressiv und beherrschend oder unterwürfig und übermäßig bescheiden gibt. Beide Darstellungen sind Resultat eines zugrunde liegenden Gefühls von Hilflosigkeit, und resultieren aus der Verletzung des ersten und zweiten Chakras. Im dritten Chakra geht es darum, einen ausgewogenen Weg zwischen Stärke und Kontrolle zu finden, es geht um ein ausgewogenes Ego.

Ego ist in Ordnung! Das Ego hat eine wichtige Funktion: Es gibt Eurem Bewusstsein einen Fokus, der Euch ermöglicht, Euch als das individuelle Wesen, das Ihr seid, zu erschaffen und zu manifestieren. Ja, Ihr seid ein Teil des Großen Ganzen, aber Ihr seid ebenso „Ich" und nicht Er, Sie oder irgendjemand anderes. Das Ego ist das notwendige Gegenstück zur spirituellen Kraft in Euch, die das „Ich" transzendieren wird. Die Energie des Ego ist vollkommen ehrenwert und durch die energetische Realität, in der Ihr lebt, gerechtfertigt. Wahre Stärke liegt im freudvollen Ausgleich von Ego und Geist.

Der Bereich der unteren drei Chakren ist der wichtigste Bereich für Selbstheilung und inneres Wachstum. Die größte spirituelle Herausforderung für Euch besteht jetzt darin, Euch dieser verwundeten Bereiche in Euch selbst anzunehmen. Euer Hauptziel besteht jetzt nicht darin, zu meditieren und mit den kosmischen Bereichen in Euch und außerhalb von Euch Kontakt aufzunehmen. Euer Hauptziel besteht vielmehr darin, maximales Verständnis und liebevollste Unterstützung für das verletzte innere Kind in Euch aufzubringen, und seine Schönheit und Verspieltheit wieder herzustellen. Dies ist Eure spirituelle Reise, und hier liegt Euer größter Schatz. Die menschliche Seite in Euch, den kindlichen Teil von Euch, wertzuschätzen und zu respektieren, ist Euer Weg zu göttlichem Mitgefühl und zur Erleuchtung.

Ich möchte Eure Aufmerksamkeit auf die Tatsache lenken, dass

innerhalb dieses energetischen Bereichs zwei von drei der betroffenen Chakren als männlich bezeichnet werden. Dies zeigt, dass vor allem in Hinblick auf die männlichen Energien in jedem von Euch, viel Heilungsarbeit notwendig ist. Deshalb ist meine Nachricht für Euch: Heilt die männliche Energie in Euch! Die weibliche Energie erholt sich in vielfältiger Art und Weise und gelangt zu der Stärke, die sie braucht, um sich selbst voll und ganz auszudrücken. Die weiblichen Qualitäten wie Intuition, Sensibilität und Verbundenheit, werden mehr und mehr geschätzt, sowohl individuell als auch auf kollektiver Ebene.

Aber es ist nicht so ganz klar, wie eine ausgewogene männliche Energie wirklich aussieht. Die männliche Energie ging irgendwo in den falschen Bildern - was es heißt, ein „echter Mann" zu sein, Stereotypen, die immer auf das Thema Macht durch Aggression hinauslaufen - verloren. Es ist lebenswichtig, die wahre Natur männlicher Energie zu erkennen und auszudrücken. Die weibliche Seite braucht jetzt eine ausgewogene männliche Energie, um ihre Rolle wirklich erfüllen zu können. Die weibliche Energie wartet, nicht nur auf der kollektiven Ebene, sondern auch auf der individuellen. Die weibliche Energie befreit sich aus ihrer Opferrolle, gewinnt ihre Selbstachtung zurück und möchte sich nun selbst voller Freude und Kraft durch die Vereinigung mit der männlichen Energie ausdrücken.

Was ist nun also die Kraft ausgewogener männlicher Energie?

Im ersten Chakra führt eine gesunde und ausgewogene männliche Energie zu Selbst-Bewusstsein. Die männliche Energie hat es nicht mehr nötig, zu kämpfen und zu streiten, sie ist vorhanden durch Selbstbewusstsein. Gegenwärtigsein, d.h. mit der gesamten Seele ganz und gar im Hier und Jetzt zu sein, ist eine wesentliche Eigenschaft des ersten Chakras. Sich seiner selbst bewusst und zentriert zu sein, ohne sich in den Meinungen, Erwartungen oder Bedürfnissen anderer zu verlieren.

In seiner Mitte zu bleiben und sich seiner selbst bewusst zu sein, während man mit anderen in der äußeren Welt

kommuniziert: Das ist die ausgewogene Energie des Wurzel-Chakras.

Es ist sehr wichtig, diese Art von Selbst-Bewusstsein zu entwickeln, weil das Eure weibliche Energie beschützen und leiten wird. Die weibliche Energie neigt von Natur aus dazu, sich mit anderen (anderen lebenden Wesen) zu verbinden und für andere auf fürsorgliche, nährende Weise da zu sein. Die männliche Energie sorgt für klare Grenzen und hilft dabei, eine Ausgewogenheit zwischen Geben und Nehmen herzustellen. In Bezug auf die fließende, verbindende weibliche Energie erfüllt die männliche Energie des unteren Chakras die Rolle eines Ankers oder Rückgrates. Es ist der Punkt, an dem Ihr zu Euch selbst nach Hause kommt, der Punkt, an dem Ihr die Stricke, die Euch an andere Energien fixieren, loslasst.

Das Solarplexus- oder dritte Chakra erfüllt dieselbe Aufgabe, aber in einer etwas anderen Weise. Dieses Chakra ist, wie ich schon sagte, das Energiezentrum des Ego. Ihr habt mit diesem Konzept des Ego immer noch Probleme. Vor allem unter Lichtarbeiterseelen gibt es eine Tendenz, die gebenden, sich selbst überwindenden Energien im Menschen als „höher" einzustufen. Aber das stimmt so nicht. Ihr lebt in einer Welt, in der zwei Energien zusammenspielen und die Bausteine der Schöpfung bilden. Die eine tendiert mehr dazu, zu verbinden und nach Einheit zu streben, die andere schafft Trennung und Individualität. Und diese letztgenannte Energie ist genauso wertvoll und nützlich wie die erste.

Es ist wichtig, Frieden mit der männlichen Energie zu schließen, Eure Individualität zu umarmen, Eure Einzigartigkeit, Euer „Ich"-Sein. Da gibt es ein wichtiges „Alleinsein" im Leben, das nichts mit Einsamkeit zu tun hat, aber alles damit, dass Ihr ein „Ich" seid, ein einzigartiges Individuum. Dieses Alleinsein anzunehmen, steht in keiner Weise einer Erfahrung tiefer Verbindung zu Anderen im Wege. Wenn Ihr wirklich Eure Individualität anerkennt, könnt Ihr auch wirklich kreativ sein. Die männliche Energie des Solarplexus hilft Euch, wirklich schöpferisch zu werden. Das ist es, worauf die weiblichen Energien in Euch warten. Eure tiefempfundenen Inspirationen

wollen sich auf materieller Ebene realisieren, sie wollen auf eine sehr irdische Weise hervorkommen und Wellen von Liebe und Harmonie auf die Erde bringen. Die weibliche Energie ist der Träger des Neuen Zeitalters, aber sie braucht eine ausgewogene männliche Energie, um sich wirklich manifestieren und ihre Wurzeln in der materiellen Realität schlagen zu können. Deshalb ist es von so großer Bedeutung, dass die Energien des ersten und des dritten Chakras geheilt werden.

Die Energie eines gesunden Selbstbewusstseins, des geheilten Solarplexus, ist Selbstvertrauen. Im ersten Chakra ist es Selbstbewusstsein, im dritten Chakra ist es Selbstvertrauen. Dies ist nicht die Arroganz, die man bei einem aufgeblasenen Ego findet, sondern es heißt einfach, sich selbst zu vertrauen: Ich fühle, dass ich es kann! Es bedeutet, Euch Eurer tiefsten Inspiration, Eurer eigenen schöpferischen Fähigkeiten bewusst zu sein, und dementsprechend zu handeln. Lasst Eure Energien aus Euch herausfließen, vertraut in Eure natürlichen Talente und Gaben, vertraut dem, der Ihr wirklich seid, und zeigt Euch der Welt! Vor allem für Euch, Lichtarbeiter, die so viel inneres Wissen und Weisheit besitzen, ist es an der Zeit, Euch zu zeigen und nicht mehr zu verstecken. Es ist an der Zeit.

Dies ist Euer Ziel und hier werdet Ihr Eure größte Erfüllung finden.

Versöhnt Euch mit der männlichen Energie in Euch. Zögert nicht, für Euch selbst einzustehen, Fülle anzunehmen und gut für Euch selbst zu sorgen. Seid Ego-istisch im reinsten und neutralen Sinne des Wortes. Ihr seid ein Ego, Ihr seid ein Individuum. Ihr könnt und Ihr sollt nicht die ganze Zeit vergebungsbereit und verständnisvoll sein. Es ist nicht spirituell, alles und jedes zu tolerieren. Natürlich gibt es da Momente, wo Ihr „Nein" oder vielleicht sogar „und tschüß" sagen müsst, und keine Kompromisse machen könnt. Tut das ohne Angst oder Schuldgefühle, und fühlt, wie die männlichen Energien von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl es Euch möglich machen, die zarte Pflanze Eurer weiblichen Energie blühen und gedeihen zu lassen.

Es geht nur um die Zusammenarbeit zwischen den Energien. Männliche und weibliche Energien sind in einem langen und schmerzhaften Kampf gemeinsam untergegangen. Sie werden auch wieder gemeinsam auferstehen, denn einer kann ohne den anderen nicht ausgewogen sein. Jetzt, da die weibliche Energie bereit ist, aus der Asche der Erniedrigung und Unterdrückung aufzusteigen, ist da ein dringendes Bedürfnis nach einer Wiedergeburt der männlichen Energie. Diese Wiedergeburt wird schließlich auf der kollektiven Ebene sichtbar werden, aber zuerst wird sie sich in jedem Einzelnen von Euch vollziehen, egal ob Mann oder Frau. Ihr alle seid die Hüter dieser uralten Energien in Euch und es ist Euer Geburtsrecht, ihre Beziehung gleichberechtigt und freudvoll zu gestalten.

6 Umgang mit Emotionen

Liebe Freunde,

ich bin glücklich, wieder bei Euch zu sein und auf diese Weise mit Euch zu sprechen. Ich muss sagen, dass dies auch für mich eine Menge bedeutet. Ich schätze diese Treffen, denn auf diese Weise kann ich Euch näher kommen als aus meiner eigenen Realitätsebene heraus.

Und doch lebe ich immer in Euren Herzen und ich warte auf die Momente in Eurem Leben, wo Ihr offen und empfänglich für meine Energie seid. Meine Energie, die Christus-Energie, die in dieser Zeit wiedergeboren wird, ist nicht nur *meine* Energie. Sie ist nicht einfach die Energie eines Mannes, der vor langer Zeit auf der Erde lebte: Sie ist ein kollektives Energiefeld, an dem Ihr auf eine Weise, die tiefer ist, als Ihr glaubt, teilnehmt.

Ihr alle habt eines Tages den Eid geleistet. Ihr alle seid mit der Absicht hierhergekommen, diese Energie in die Realität der Erde einzubringen, sie auf der Erde zu verankern. Viele Leben hindurch, über viele Jahrhunderte hinweg, habt Ihr an dieser Aufgabe gearbeitet. Ihr alle seid im Begriff, die Christus-Saat in Euch aufgehen zu lassen und ich helfe Euch dabei. Ich war ein Vorbote, und doch war das Ausbringen der Christus-Saat eine kollektive Unternehmung. Selbst meine Ankunft auf der Erde war nur möglich, weil das Energiefeld hier vorhanden war, von Euch gewoben. Wir arbeiten zusammen, wir sind eine Einheit.

Deswegen bin ich für Euch alle erreichbar. Ich bin nicht nur für eine Person alleine da. Ich stehe Euch allen zur Verfügung.

Heute will ich über ein Thema sprechen, das Euch tief und häufig in Eurem täglichen Leben berührt. Es geht darum, wie man mit Emotionen umgeht.

Das letzte Mal habe ich über die weiblichen und männlichen Energien, die durch Eure Chakren fließen, gesprochen. Ich habe die Notwendigkeit, die unteren drei Chakren zu heilen, um ganz und heil für Euch selbst zu werden, hervorgehoben. Ich denke, es ist wichtig, Euch das zu verdeutlichen, weil manche von

Euch, die nach Spiritualität streben, dazu neigen, sich in die höheren Chakren zurückzuziehen, sowohl in Gedanken als auch in Gefühlen.

Das Herzchakra, das Dritte Auge und das Kronenchakra sind so verlockend für Euch, weil diese Energiezentren Euch mit den höheren Sphären, die für Euch so normal sind, in Verbindung bringen. Aber die wirklichen inneren Durchbrüche müssen sich auf einem niedrigeren Level ereignen, im Bereich der tieferen Chakras, näher an der Erde.

Die Ebene der Emotionen ist ein wichtiger Bereich in Eurem Wachstumsprozess in Richtung Freiheit und Ganzheit. Ihr seid spirituelle Wesen. Ihr kommt aus einer Ebene der Realität, in der die Dichte und die Rauheit der Erdrealität Euch fremd war. Damit umzugehen, war schwierig.

Viele Leben hindurch habt Ihr versucht, Eure kosmische Energie hier auf der Erde auszudrücken. Und in diesem Versuch sie auszudrücken, im Versuch Eure Energie hier auf die Erde zu lenken, sind so manche tiefe Traumen entstanden. Der Emotionalkörper, den Ihr alle habt, ist übersät von Wunden und Traumen. Darüber möchte ich heute sprechen.

Jeder, der sich auf dem Pfad inneren Wachstums befindet, kennt die Bedeutung von Emotionen: Dass Ihr sie nicht unterdrücken solltet, dass Ihr irgendwie mit ihnen zurechtkommen solltet, dass Ihr sie irgendwann schließlich loslassen solltet, nur wie das genau funktionieren soll, ist nicht immer klar.

Ich möchte zuerst zwischen Emotionen und Gefühlen unterscheiden. Ich hänge hier nicht an spezifischen Begrifflichkeiten oder Titeln, und Ihr könnt sie auch anders nennen, aber ich will eine Unterscheidung machen zwischen Emotionen im Sinne von Energien, die im Wesentlichen Ausdruck von Nicht-Verstehen sind und Gefühlen oder Energien, die Ausdruck eines höheren Verständnisses sind.

Gefühle sind Eure Lehrer, während Emotionen Eure Kinder sind.

Emotionen sind Energien, die sich eindeutig und klar im physischen Körper manifestieren. Emotionen sind Reaktionen

auf Dinge, die Ihr nicht wirklich versteht. Denkt einmal daran, was geschieht, wenn Euch ein Wutanfall überkommt. Zum Beispiel, wenn jemand Euch gefühlsmässig überraschend verletzt und Ihr merkt, wie Ihr wütend werdet. Ihr könnt das ganz klar in Eurem Körper fühlen: An bestimmten Stellen fühlt Ihr, wie Euer Körper sich anspannt. Diese körperliche Anspannung oder Verfestigung, die dem energetischen Schock folgt, zeigt, dass da etwas ist, was Ihr nicht versteht. Da kommt eine Energie zu Euch, die Ihr für ungerecht haltet. Das Gefühl, ungerecht behandelt zu werden, kurz gesagt, das Nicht-Verstehen, wird durch die Emotion nach außen gebracht. Die Emotion ist der Ausdruck des Nicht-Verstehens, es ist eine energetische Explosion und ein Freisetzen.

Wenn das passiert, seid Ihr mit folgender Frage konfrontiert: Was mache ich jetzt mit dieser Emotion? Handle ich wirklich so, wie sie mir vorgibt? Nehme ich sie als Triebfeder für meine Reaktionen auf andere Menschen oder lasse ich die Emotion einfach sein, wie sie ist, und handle auf einer anderen Grundlage?

Bevor wir diese Frage beantworten, will ich die Natur von Gefühlen erklären.

Emotionen sind im Wesentlichen Explosionen des Nicht-Verstehens, die Ihr ganz klar in Eurem Körper spüren könnt. Gefühle, auf der anderen Seite, sind von einer ganz anderen Natur, und werden auch anders wahrgenommen. Gefühle sind ruhiger als Emotionen. Sie sind das Flüstern der Seele, das Euch durch sanfte Anstöße erreicht, ein inneres Wissen oder eine überraschende intuitive Handlung, die sich im Nachhinein als sehr weise herausstellt.

Emotionen haben immer etwas sehr Intensives und Dramatisches an sich. Denkt nur einmal an Wutausbrüche, Panikattacken, Nervosität oder tiefe Traurigkeit. Emotionen nehmen Euch ganz in Beschlag und zerren Euch aus Eurer spirituellen Mitte heraus. In dem Moment, in dem Ihr sehr emotional reagiert, seid Ihr angefüllt mit einer Energie, die Euch von Eurer Mitte, Eurer inneren Klarheit, wegzieht. In diesem Sinne sind Emotionen wie Wolken, die die Sonne

verdunkeln.

Damit will ich nichts gegen Emotionen sagen. Emotionen sollten nicht unterdrückt werden. Sie sind ein wertvolles Mittel, um Euch selbst besser kennen zu lernen. Aber ich will Euch auch sagen, was das Wesen dieser emotionalen Energie ist: Es ist eine Explosion von Nicht-Verstehen. Emotionen reißen Euch immer aus dem Gleichgewicht.

Gefühle, auf der anderen Seite, bringen Euch tiefer ins Gleichgewicht, zu Eurem Zentrum. Gefühle sind am ehesten mit dem verwandt, was Ihr Intuition nennt. Gefühle drücken ein höheres Verstehen aus, die Art von Verstehen, die sowohl die Emotionen als auch den Verstand übersteigt.

Gefühle haben ihren Ursprung im nicht-körperlichen Bereich, außerhalb des Körpers. Deswegen stehen sie nicht so klar mit irgendeinem Körperteil in Verbindung. Stellt Euch einmal vor, wie es ist, wenn Ihr etwas fühlt, eine Atmosphäre oder eine Stimmung, oder wenn Ihr irgendwelche Vorahnungen in Bezug auf eine Situation habt. Dann ist da eine Art Wissen in Euch, das von außen zu kommen scheint und nicht eine Reaktion von Euch auf irgendetwas außerhalb von Euch ist. Ihr nehmt es von außen her und es „fliegt Euch zu wie aus dem Nichts" („aus dem Blauen heraus" wie Ihr es so wundervoll nennt). In so einem Moment kann es sein, dass Ihr eine Öffnung im Herz-Chakra wahrnehmt.

Es gibt viele Momente, in denen Euch dieses innere Wissen zufliegt. Zum Beispiel könnt Ihr etwas von jemandem „wissen", obwohl Ihr noch kaum etwas mit ihm oder ihr zu tun hattet. Ihr könnt etwas über die Beziehung zwischen Euch spüren, das später eine wichtige Rolle spielen wird, aber was sich nicht so leicht in Worte fassen lässt – „einfach nur so ein Gefühl"- das vom Verstand sicher nicht so leicht verstanden wird. (Das sind die Momente, in denen der Verstand misstrauisch wird und Euch erzählt, dass Ihr da etwas erfindet oder dass Ihr am Überschnappen seid).

Ich will auch noch eine andere Energie erwähnen, die mehr eine „Gefühls"-Natur hat als eine emotionale. Es ist die Freude.

Freude kann ein Phänomen sein, das das Emotionale übersteigt. Manchmal empfindet Ihr eine Art von Freude in Euch, die Euch emporhebt, ohne dass dafür ein besonderer Grund vorliegt. Ihr fühlt die Göttlichkeit in Euch und Eure enge Verbundenheit mit allem, was ist. Ein solches Gefühl kann zu Euch kommen, wenn Ihr es am wenigsten erwartet. Es ist so, als ob etwas Größeres Euch berührt oder als ob Ihr eine größere Wirklichkeit berührt. Gefühle lassen sich nicht so leicht erzeugen und deshalb scheinen sie „aus dem Blauen heraus" zu Euch zu kommen. Emotionen haben fast immer eine klare unmittelbare Ursache: ein Auslöser in der Außenwelt, der Eure „Knöpfe drückt".

Gefühle haben ihren Ursprung in Eurem Höheren oder Größeren Selbst. Ihr müsst ganz still sein, um dieses Flüstern in Eurem Herzen zu hören. Emotionen können diese innere Stille und diesen Frieden zerstören. Deswegen ist es so wichtig, emotional ganz ruhig zu werden und unterdrückte Emotionen zu heilen und loszulassen. Nur von Eurem Gefühl aus, das Euch mit Eurer Seele verbindet, könnt Ihr ausgewogene Entscheidungen treffen.

Indem Ihr ruhig und friedlich seid, könnt Ihr mit Eurem ganzen Sein spüren, was in einem bestimmten Moment das Richtige für Euch ist. Entscheidungen auf der Grundlage von Emotionen zu treffen, bedeutet, Entscheidungen aus einer unausbalancierten Position heraus zu treffen. Ihr müsst zunächst die Emotionen loslassen und mit Eurem inneren Kern, in dem Klarheit herrscht, in Verbindung kommen.

Jetzt möchte ich auf die Frage eingehen, wie Ihr am besten mit Euren Emotionen umgeht.

Ich habe gesagt, dass „Gefühle Eure Lehrer und Emotionen Eure Kinder" sind. Die Parallelen zwischen „emotional sein" und „kindisch sein" sind auffallend. Euer „inneres Kind" ist der Sitz der Emotionen. Und dann gibt es da auch noch auffallende Ähnlichkeiten, wie Ihr mit Euren eigenen Emotionen und wie Ihr mit (echten) Kindern umgeht.

Ein Kind ist aufrichtig und spontan in seinen Emotionen, es

versteckt oder unterdrückt sie nicht, bis die Erwachsenen es dazu bringen, das zu tun. Die Tatsache, dass Kinder ihren Emotionen freien Lauf lassen, bedeutet allerdings nicht, dass sie sie auf ausgewogene Art und Weise erfahren. Jeder weiß, dass Kinder von ihren Emotionen geradezu überspült werden können (Wut, Angst oder Traurigkeit) und oft unfähig sind, etwas dagegen zu tun. In solchen Situationen kann ein Kind beinahe in seinen Emotionen ertrinken und das macht es unausgeglichen, bringt es aus dem Gleichgewicht.

Einer der Gründe für diese ungezügelte Emotionalität liegt darin, dass das Kind erst vor kurzem eine Welt verlassen hat, in der es so gut wie keine Grenzen gab. In den ätherischen oder astralen Dimensionen gab es nicht solche Einschränkungen und Beschränkungen, wie sie hier in der materiellen Welt, in diesem festen Körper, vorliegen. Die kindlichen Emotionen sind oft „Reaktionen des Nicht-Verstehens" auf diese physische Realität. Deswegen brauchen Kinder, während sie heranwachsen, Hilfe und Unterstützung, um mit ihren Emotionen fertig zu werden. Das ist Teil des Prozesses der „ausbalancierten Inkarnation" auf der Erde.

Wie geht Ihr jetzt also mit Emotionen um, sowohl in Euch selbst als auch in Euren Kindern?

Emotionen sollten weder bewertet noch unterdrückt werden. Emotionen sind ein lebenswichtiger Teil von Euch als menschliche Wesen und sollten als solche akzeptiert und respektiert werden. Ihr könnt Euch Eure Emotionen wie Eure Kinder vorstellen, die Eure Aufmerksamkeit und Euren Respekt, aber auch Eure Führung, brauchen.

Eine Emotion sollte am besten als eine Energie angesehen werden, die zu Euch kommt, um Euch zu heilen. Deswegen ist es wichtig, sich nicht total von ihr überwältigen zu lassen, sondern immer noch fähig zu sein, sie von einer neutralen Warte aus zu beobachten. Es ist wichtig für Euch, bewusst zu bleiben. Man könnte es so sagen: Ihr solltet Eure Emotionen nicht unterdrücken, aber Ihr solltet auch nicht darin ertrinken. Denn wenn Ihr darin ertrinkt, wenn Ihr Euch ganz damit identifiziert, wird das Kind in Euch zum Tyrannen, der Euch in

die Irre führt.

Das Wichtigste, was Ihr mit einer Emotion tun könnt, ist, sie zuzulassen, alle Aspekte von ihr zu fühlen, ohne dabei Eure Bewusstheit zu verlieren. Nehmt beispielsweise Ärger. Ihr könnt den Ärger einladen, ganz präsent zu sein, ihn in Eurem Körper an verschiedenen Stellen zu spüren, wobei Ihr ihn gleichzeitig neutral beobachtet. Eine solche Bewusstheit ist heilend. In solchen Fällen umarmt Ihr die Emotion, die ja im Wesentlichen eine Ausprägung des Nicht-Verstehens ist, mit Verständnis. Das ist spirituelle Alchimie.

Lasst mich das an einem Beispiel erklären. Euer Kind hat sich das Knie am Tisch aufgeschlagen und es tut richtig weh. Es ist aufgeregt, schreit vor Schmerz und tritt nach dem Tisch, weil es wütend auf ihn ist. Es hält den Tisch für die Quelle seines Schmerzes.

Emotionale Führung bedeutet, dass die Eltern dem Kind zunächst helfen, seine Erfahrung zu benennen. „Du bist wütend, nicht wahr – Du hast Schmerzen, richtig?". Es zu benennen ist wichtig. Ihr übertragt die Wurzel des Problems vom Tisch zum Kind selbst. Es ist nicht der Tisch, sondern Du, der verletzt ist, Du bist wütend. Und ja, ich verstehe Deine Emotion!

Die Eltern umarmen die Emotion ihres Kindes mit Verständnis und Liebe. In dem Moment, in dem sich das Kind verstanden und anerkannt fühlt, wird sein Ärger langsam verschwinden. Der körperliche Schmerz mag durchaus noch da sein. Aber sein Widerstand gegen diesen Schmerz, der Zorn rund um den Schmerz, kann sich auflösen. Das Kind liest in Euren Augen Mitgefühl und Verständnis und das entspannt und besänftigt seine Emotionen. Der Tisch, der Auslöser für die Emotion, ist nicht mehr wichtig.

Indem Ihr eine Emotion mit Verständnis und Mitgefühl umarmt, verlagert Ihr den Fokus der Aufmerksamkeit des Kindes von außen nach innen und Ihr lehrt das Kind, Verantwortung für seine Emotion zu übernehmen. Ihr zeigt ihm, dass seine Reaktion auf einen Auslöser von außen nicht automatisch ist,

sondern eine Folge von Entscheidungen. Ihr könnt Verständnis oder Nicht-Verstehen wählen. Ihr habt die Wahl, ob Ihr kämpfen oder akzeptieren wollt. Ihr könnt wählen.

Das trifft genauso auf die Beziehung zu Euren eigenen Emotionen, zu Eurem eigenen inneren Kind, zu. Eure Emotionen zuzulassen, ihnen einen Namen zu geben und zu versuchen, sie zu verstehen, heißt, Euer inneres Kind wirklich zu respektieren und wertzuschätzen. Die Verlagerung von „außen" nach „innen", die Übernahme von Verantwortung für die Emotion, hilft Euch dabei, ein inneres Kind zu erschaffen, das einerseits niemanden zu verletzen versucht und das sich andererseits nicht als Opfer fühlt.

Starke Emotionen – sei es Zorn, Trauer oder Angst -, enthalten immer ein Element der Hilflosigkeit, z.B. das Gefühl, dass Ihr Opfer von etwas seid, was außerhalb von Euch liegt. Wenn Ihr Euch aber nicht auf die Umstände außerhalb von Euch selbst, sondern auf Eure Reaktionen und Euren Schmerz konzentriert, dann könnt Ihr die äußere Welt als Ursache Eurer Emotion „entlassen". Ihr kümmert Euch nicht so sehr darum, was der Auslöser für die Emotion war. Ihr wendet Euch komplett nach innen und sagt zu Euch selbst: Okay, das war meine Reaktion und ich verstehe, weshalb es so war. Ich verstehe, wieso ich gerade so empfinde und ich werde mich darin selbst unterstützen.

Wenn Ihr Euch Euren Emotionen in dieser liebevollen Weise zuwendet, dann ist das befreiend. Es erfordert allerdings eine Art von Selbst-Disziplin. Die äußere Realität als „Wurzel des Bösen" loszulassen und selbst volle Verantwortung zu übernehmen, bedeutet, dass Ihr anerkennt, dass Ihr „Euch entschieden habt", auf diese ganz bestimmte Weise zu reagieren. Ihr hört auf, darüber zu debattieren, wer Recht hat und wer nicht, wer für was die Verantwortung trägt, und Ihr lasst einfach die ganze Kette von Ereignissen, die jenseits Eurer Kontrolle lagen, los. „Ich erlebe jetzt diese Emotion im vollen Bewusstsein, dass ich mich dafür entschieden habe, sie zu erleben". Das heißt, Verantwortung zu übernehmen. Das ist Mut!

Die Selbstdisziplin liegt darin, dass Ihr aufhört, Recht haben zu wollen oder hilfloses Opfer zu sein. Ihr hört auf, Euch wütend, missverstanden und auf so viele andere Arten als Opfer zu fühlen, die sich manchmal ganz gut anfühlen können. (Oft mögt Ihr die Emotionen, die Euch am meisten plagen). Verantwortung zu übernehmen, ist ein Akt der Bescheidenheit. Es bedeutet, aufrichtig mit Euch selbst zu sein, auch in Euren schwächsten Momenten.

Das ist die Selbstdisziplin, die Euch abverlangt wird. Zur selben Zeit erfordert diese Art des nach-Innen-Gehens höchstes Mitgefühl. Ihr müsst die Emotion, für die Ihr ehrlich als Eure eigene Kreation anerkennen wollt, auch noch mit sanftem Verständnis betrachten. „Ich habe mich diesmal offensichtlich für den Ärger entschieden, aha." könnte etwas sein, was Ihr über Euch selbst erfahrt. Das Mitgefühl sagt Euch: „Okay, ich kann sehen, wie es dazu kam und ich verzeihe Dir. Wenn Du vielleicht meine Liebe und meine Unterstützung klarer spüren kannst, wirst Du Dich nicht dazu hinreißen lassen, das nächste Mal wieder so zu reagieren".

Das ist die wahre Rolle des Bewusstseins im Selbstheilungsprozess. Das ist es, was mit spiritueller Alchimie gemeint ist. Das Bewusstsein kämpft gegen nichts an und lehnt nichts ab; es umgibt die Dunkelheit mit Bewusstheit. Es umgibt die Energien des Nicht-Verstehens mit Verständnis und verwandelt so Metall in Gold. Bewusstheit und Liebe sind im Wesentlichen dasselbe. Sich bewusst zu sein, bedeutet, etwas so sein zu lassen, wie es ist, und es mit Eurer Liebe und Eurem Mitgefühl zu umgeben.

Häufig glaubt Ihr, dass „Bewusstheit alleine" nicht ausreicht, um Eure emotionalen Probleme in den Griff zu kriegen. Ihr sagt: „Ich weiß, dass ich Emotionen unterdrückt habe, ich kenne den Grund dafür, ich bin mir dessen bewusst, aber sie gehen einfach nicht weg."

In diesem Fall habt Ihr einen versteckten Widerstand gegen die entsprechende Emotion in Euch. Ihr haltet sie auf Distanz, aus Furcht, dass sie Euch überwältigt.

Aber Ihr werdet nie von einer Emotion überwältigt, wenn Ihr Euch bewusst entscheidet, sie zuzulassen.

Solange Ihr die Emotion auf Distanz haltet, liegt Ihr mit ihr im Krieg. Ihr kämpft gegen sie an und sie wird sich auf unterschiedlichste Weise gegen Euch wenden. Ihr könnt letztendlich nicht von Euch abhalten. Sie wird sich in Eurem Körper als Schmerz oder als Spannungsgefühl festsetzen oder als Depression. Sich abgeschlagen oder ausgelaugt zu fühlen, ist ein klares Zeichen dafür, dass Ihr bestimmt Emotionen unterdrückt.

Das Problem besteht darin, dass Ihr den Emotionen gestatten müsst, Euer Bewusstsein vollkommen zu durchdringen. Wenn Ihr nicht genau wisst, welche Emotionen da sind, könnt Ihr damit beginnen, die Anspannungen in Eurem Körper zu analysieren. Dies ist ein Zugangstor zu Emotionen. In Eurem Körper ist alles abgespeichert. Wenn Ihr zum Beispiel Schmerz oder Anspannung im Bereich Eures Magens spürt, könnt Ihr mit Eurem Bewusstsein dorthin gehen, und nachfragen, was los ist. Lasst die Zellen Eures Körpers zu Euch sprechen. Oder stellt Euch vor, dass genau jetzt ein Kind dort ist. Bittet dieses Kind, Euch zu zeigen, welche Emotion in ihr oder ihm vorherrscht.

Es gibt eine Menge Wege, auf denen Ihr mit den Emotionen in Euch Kontakt aufnehmen könnt. Es ist unerlässlich, dass Ihr Euch klarmacht, dass die Energie, die hier feststeckt, sich bewegen will. Diese Energie will losgelassen werden und klopft deshalb als körperliches Problem oder als ein Gefühl von Stress oder Depression an Eure Tür. Eure Arbeit ist es, Euch wirklich zu öffnen und darauf vorbereitet zu sein, die Emotion zu empfinden.

In Eurer Gesellschaft besteht so eine große Verwirrung über Emotionen. Das ist, unter anderem, vor allem dann offensichtlich, wenn es um die Frage geht, wie Ihr Eure Kinder erziehen sollt. Kinder sind natürlich emotional viel spontaner als Ihr als Erwachsene. Das schafft Probleme. Was, wenn manche Eurer moralischen Grenzen überschritten werden? Was, wenn die Situation außer Kontrolle gerät und Chaos daraus entsteht? Muss man Kinder disziplinieren oder soll man sie sich frei

entfalten lassen? Müssen Emotionen kontrolliert werden oder nicht?

Was bei der Erziehung von Kindern vor allem wichtig ist, ist, dass sie lernen, ihre Emotionen zu verstehen. Zu verstehen, wo sie herkommen und die Verantwortung für sie zu übernehmen. Mit Eurer Hilfe kann das Kind lernen, Emotionen als „Explosionen des Nicht-Verstehens" zu erkennen. Dieses Verständnis verhindert, dass das Kind in seiner Emotion "ertrinkt" und jegliche Kontrolle verliert. Dieses Verstehen befreit und bringt sie wieder in ihre Mitte zurück, ohne dabei die Emotionen zu unterdrücken. Die Eltern bringen den Kindern bei, Emotionen auf diese Weise zu betrachten, indem sie selbst Beispiel dafür sind; indem sie es ihren Kindern vorleben.

Alle Fragen, die Ihr in Bezug auf Kindererziehung habt, betreffen auch Euch selbst. Wie geht Ihr mit Emotionen um? Seid Ihr streng zu Euch selbst? Wenn Ihr Euch eine längere Zeit traurig oder wütend gefühlt habt, ruft Ihr Euch dann selbst zur Ordnung, indem Ihr Euch sagt: „Jetzt mach schon, geh weiter und lass Dich nicht so hängen!"? Unterdrückt Ihr Eure Emotionen? Habt Ihr das Gefühl, dass es gut und wichtig ist, Euch selbst zu disziplinieren? Wer hat Euch das beigebracht? Waren es Eure Eltern?

Oder neigt Ihr zum anderen Extrem? „Watet" Ihr in Euren Emotionen, weigert Ihr Euch, sie loszulassen? Dies kommt auch sehr häufig vor. Es kann sein, dass Ihr Euch für eine lange Zeit als Opfer der Umstände gesehen habt, z.B. Eurer Erziehung, Eures Partners oder Eurer Arbeitsumgebung. Zu einem bestimmten Zeitpunkt kann es sehr befreiend gewesen sein, mit dem Ärger in Euch über die negativen Dinge, die Euch beeinflusst haben, in Kontakt zu kommen. Zorn kann Euch dabei geholfen haben, Euch von diesen Einflüssen zu befreien, und Euren eigenen Weg zu gehen. Aber es kann sein, dass Ihr so sehr in Eurem Ärger aufgeht, dass Ihr ihn gar nicht mehr loslassen wollt. Anstatt einfach ein Zugangstor zu sein, wird er zu einer „Lebensweise". Das führt zu einer Art Opferrolle, die überhaupt keine heilende Wirkung mehr hat. Es hält Euch davon ab, wirklich aus Eurer eigenen Kraft heraus zu leben.

Es ist sehr wichtig, die Verantwortung für Eure Emotionen zu übernehmen, aber nicht „absolute Wahrheiten" daraus zu machen. Wenn Ihr ihnen den Status einer Wahrheit gebt, anstatt sie als „Explosionen des Nicht-Verstehens" zu betrachten, dann werdet Ihr Euer Handeln darauf einstellen und das wird zu unausgewogenen Entscheidungen führen.

Dasselbe passiert mit Kindern, die zu viel emotionalen Freiraum haben. Sie „schnappen aus" und werden unkontrollierbar. Sie werden zu kleinen Tyrannen und das ist nicht gesund. Emotionales Chaos ist für Kinder genauso unerfreulich wie für ihre Eltern.

Kurz gesagt, Ihr könnt entweder zu streng oder zu nachlässig im Umgang mit Euren Emotionen (und gleichermaßen: mit Euren Kindern) sein. Ich möchte ein bisschen näher auf die „nachlässige" Methode eingehen, denn das scheint heutzutage ein größeres Thema zu sein. In den „Sechzigern" gab es die kollektive Erkenntnis, dass es nichts bringt, Emotionen zu unterdrücken, weil man damit seine Spontaneität und Kreativität, ja genauer gesagt, seine Seele abtötet. Solche Gesellschaften bringen disziplinierte und folgsame Kinder hervor, die sich mehr um die Regeln kümmern als um die Einflüsterungen ihres Herzens und das ist eine Tragödie – sowohl für die Gesellschaft als auch für den Einzelnen.

Aber wie sieht es mit dem anderen Extrem aus? Wie sieht es damit aus, Emotionen so zu rechtfertigen, dass sie die Regie übernehmen und Euer Leben bestimmen?

Ihr könnt in Euch sehr gut beobachten, ob es da Emotionen gibt, die Ihr so sehr schätzt, dass Ihr sie wirklich als eine Wahrheit betrachtet (anstatt sie zu sehen, als das, was sie wirklich sind: Explosionen des Nicht-Verstehens). Mit diesen Emotionen habt Ihr Euch identifiziert. Oft genug handelt es sich gerade um die Emotionen, die Euch eine Menge Leid verursachen. Zum Beispiel: Opfer- und Ohnmachtsgefühle („Ich kann das nicht...", „Ich kann nichts dagegen machen"), Kontrolle („Ich kümmere mich darum", „Ich mach das schon"), Traurigkeit, Angst, Anspannung etc. Dies alles sind Emotionen, die schmerzhaft sind, aber Euch doch, auf der anderen Seite

etwas geben, an dem Ihr festhaltet.

Nehmt zum Beispiel das Gefühl, „Opfer zu sein". Dieses Gefühlsmuster kann Vorteile haben. Es kann Euch ein Gefühl der Sicherheit verschaffen. Es befreit Euch von bestimmten Verpflichtungen oder Verantwortlichkeiten. „Ich kann ja doch nichts dagegen tun, stimmt doch...?" Es ist eine dunkle Ecke, in der Ihr sitzt, aber sie scheint zumindest sicher zu sein. Die Gefahr, wenn Ihr Euch mit solchen Gefühlsmustern für längere Zeit identifiziert oder „mit ihnen verschmelzt", besteht darin, dass Ihr den Kontakt zu Eurer wahren Freiheit, Eurem innersten göttlichen Kern, verliert.

Es mag Dinge auf Eurem Lebensweg gegeben haben, die ganz berechtigt Emotionen von Ärger oder Widerstand in Euch hervorgerufen haben. Das kann in Eurer Jugend passiert sein, später oder sogar in früheren Leben. Es ist sehr wichtig, dass ihr Euch diesen Emotionen bewusst stellt und dass Ihr Euch des Ärgers, der Traurigkeit oder jeder anderen stark emotional befrachteten Energie in Euch bewusst werdet. Aber an einem bestimmten Punkt müsst Ihr die Verantwortung für Eure Emotionen übernehmen, weil sie Eure Reaktion auf ein äußeres Geschehnis darstellen.

Wirklich in der Mitte, klar und machtvoll und spirituell ausbalanciert zu sein, bedeutet, volle Verantwortung für alle Emotionen in Euch zu übernehmen. Ihr könnt dann die Emotion von (beispielsweise) Ärger in Euch selbst wahrnehmen und gleichzeitig sagen: Das war meine Reaktion auf bestimmte Vorkommnisse. Ich umgebe diese Reaktion mit Verständnis, aber gleichzeitig nehme ich mir vor, sie loszulassen.

Es geht im Leben nicht darum, Recht zu haben; es geht darum, frei und ganz zu sein. Es ist sehr befreiend, alte emotionale Muster loszulassen, die zu einem „Lebensstil" geworden sind.

Man könnte sagen, es geht nur darum, den schmalen Mittelweg zwischen dem Unterdrücken von Emotionen und dem Ertrinken in Emotionen zu finden. Auf beiden Seiten wurdet Ihr mit Meinungen und Idealen erzogen, die nicht in Übereinstimmung mit der Natur spiritueller Alchimie sind. Das Wesen spirituellen

Wachstums besteht darin, dass Ihr nichts unterdrückt, gleichzeitig aber volle Verantwortung dafür übernehmt. "Ich fühle das, ich habe diese Reaktion gewählt, also kann ich es auch heilen". Fordert Eure Meisterschaft zurück - das ist meine tiefe Botschaft an Euch.

Vielleicht ist es nicht wirklich ein Mittelweg, aber ein anderer Weg. Es geht immer um spirituelle Meisterschaft. Indem Ihr alles akzeptiert, was da in Euch ist, erhebt Ihr Euch darüber hinweg und werdet zum Meister. Meisterschaft ist sowohl stark als auch sanft. Sie ist sehr freigiebig und verlangt doch große Disziplin: die Disziplin des Mutes und der Aufrichtigkeit.

Beansprucht Eure Meisterschaft, werdet zum Meister dieser emotionalen Puzzleteilchen, die Euch quälen, oft ohne dass Ihr es richtig bemerkt. Seht sie Euch an, übernehmt die Verantwortung. Lasst Euch selbst nicht durch unbewusste emotionale Verletzungen antreiben, die Euch auf Abwege führen und Euren Weg zu innerer Freiheit blockieren. Es gibt keine äußerlichen Instrumente oder Mittel, diese Emotionen zu entfernen. Nur durch ihre Bewusstwerdung, durch Stärke, Entschlossenheit und Mitgefühl, können sie ins Licht entlassen werden.

Auf emotionaler Ebene ganz und frei zu werden, ist einer der wichtigsten Aspekte spirituellen Wachstums. Zum Abschluss möchte ich Euch sagen: Macht es nicht schwieriger als es ist. Der spirituelle Weg ist ein einfacher Weg. Es geht darum, Euch selbst zu lieben und um innere Klarheit. Es bedarf keiner spezifischen Kenntnisse oder irgendwelche spezieller Rituale, Regeln oder Methoden. Alles, was Ihr für Euer spirituelles Wachstum benötigt, ist in Euch.

In einem ruhigen Moment schaut Euch die Gefühlsseite in Euch an. Lasst Euch von dieser Gefühlsseite sagen, was in Euch geklärt und beseitigt werden muss. Verlasst Euch auf Eure Intuition. Arbeitet daran. Glaubt an Euch selbst. Ihr seid die Meister Eures Lebens, die Meister Eures einzigartigen Weges zu Liebe und Freiheit.

7 Sexualität und Spiritualität

Liebe Freunde,

Ich freue mich, dass wir wieder beisammen sind. Wenn ich Euch sehe, sehe ich Euch nicht so sehr als die festen Körper, die Ihr im Spiegel seht. Ich fühle und sehe vielmehr Euer Inneres: die innere Bewegung Eurer Gedanken, Gefühle und Emotionen. Ich bin hier, um Euch auf Eurer inneren Reise zur Seite zu stehen.

Heute möchte ich mit Euch über ein Thema sprechen, das während Eurer ganzen Geschichte auf der Erde eine tiefe Auswirkung auf Euch hatte. Es geht um die Sexualität, und darum, wie sie von Männern und Frauen erfahren wird.

Das ist kein einfaches Thema. Sexualität ist durch viele Vorurteile, Ängste und Emotionen belastet. Kaum ein Aspekt davon ist noch spontan und selbstverständlich. Man könnte auch sagen, dass der kindliche Aspekt der Sexualität, der Aspekt des frei erkundenden, unschuldigen Kindes, verloren gegangen ist.

Ihr seid voller Furcht und Anspannung, wenn es darum geht, Euch sexuell auszudrücken.

Ich möchte mit diesem Channeling diese Bürde ansprechen, aber erst einmal möchte ich ein bisschen darüber sprechen, was Sexualität von einer spirituellen Perspektive aus bedeutet.

Sexualität ist der gemeinsame Tanz männlicher und weiblicher Energien. Ursprünglich war Sexualität mehr als ein körperlicher Akt. Sie war als ein Tanz gedacht, an dem alle Ebenen oder Aspekte von Euch und Eurem Partner beteiligt sind. Ich werde hier zwischen vier Ebenen bzw. Aspekten unterscheiden, die alle eine Rolle in diesem Tanz der Energien spielen.

Vier Aspekte der sexuellen Erfahrung

Zunächst ist da die materielle Ebene, der Aspekt des physischen Körpers.
Der Körper ist unschuldig. Der Körper kennt sexuelles Begehren

und Lust, und zwar als etwas, was im Körper ganz spontan vorhanden ist. Der Körper sucht nach Befriedigung seiner Bedürfnisse und das menschliche, bzw. das Seelenbewusstsein im Menschen, legt den Weg, wie das sexuelle Bedürfnis sich ausdrückt und manifestiert, fest. Noch einmal, der Körper ist unschuldig. Er kennt Lust und Begehren und daran ist nichts verkehrt. Das kann eine Quelle von Spaß, Spiel und Freude sein. Aber der Körper selbst kann nicht wählen, auf welche Weise er seine sexuellen Energien ausdrückt. Hier seid Ihr, die menschlichen Wesen, in der Pflicht, und der Körper bedarf Eurer Führung.

Wenn Ihr Sexualität in der liebevollsten Weise erfahren wollt, dann hat diese Führung ihren Sitz im Herzen. Wenn Ihr Eurem Herzen die Verantwortung für Eure sexuelle Energie überlasst, wird sie ihren freudvollsten Ausdruck finden.
Die Alternative dazu ist, entweder Eure Gedanken (Vorurteile) oder Eure Emotionen den sexuellen Fluss bestimmen zu lassen und Ihr werdet sehen, dass dies einige Blockaden in Eurer Energie hervorrufen wird, aber darüber werde ich später sprechen.

Der zweite Aspekt des sexuellen Tanzes, den ich hier unterscheiden möchte, ist die emotionale Ebene. Sexuelle Vereinigung ist ein zutiefst emotionaler Akt. Wenn Ihr diesen Aspekt ignoriert, seid Ihr in diesem Akt nicht wirklich präsent und schneidet Euch selbst von der wahren Bedeutung der Sexualität ab.

In einem früheren Channeling mit dem Titel „Umgang mit Emotionen" haben wir das Thema der Emotionen ausführlich behandelt. Wir haben die machtvollen Emotionen von Angst, Wut und Traurigkeit behandelt und darüber gesprochen, wie sie Euch aus Eurem Zentrum werfen können. Wenn in einer Beziehung zwischen zwei Menschen eine dieser machtvollen Energien vorhanden ist und wenn sie nicht bewusst erkannt und angesprochen werden, wird sie genau dann aufkommen, wenn sie intim beisammen sind. Diese Emotionen können zu psychischen Reaktionen von Widerstand und Abblocken führen, wenn Ihr körperlich intim seid oder dazu, dass der Körper

unfähig ist, Lust oder Erregung zu spüren.

Immer, wenn diese psychischen oder physischen Blockaden vorhanden sind, ist es wichtig, sie auf der Ebene zu behandeln, auf der sie verursacht wurden: der emotionalen Ebene. Wenn Ihr versucht, körperliche Symptome zu behandeln, ohne auf die zugrunde liegende emotionale Dynamik zu achten, seid Ihr Euch selbst und Eurem Körper gegenüber respektlos. Wenn Euer Körper Intimität ablehnt, ist das eine eindeutige und klare Mitteilung, dass da eine emotionale Blockade vorliegt. Diese kann durch ein Problem zwischen Euch und Eurem Partner verursacht sein oder es kann auch eine emotionale Verletzung sein, die Ihr aus der Vergangenheit mit Euch herumtragt. Was immer es ist, es muss auf eine sanfte und liebevolle Art behandelt werden, bevor die sexuellen Energien frei fließen können.

Die nächste Ebene nach der emotionalen ist die Ebene des Herzens, das der Sitz des Gefühls ist. In demselben Channeling, das ich eben angesprochen habe („Umgang mit Emotionen") haben wir zwischen Gefühlen und Emotionen unterschieden. Gefühle gehören zum Bereich von Intuition und innerem Wissen. Eure Gefühlsseite spricht zu Euch durch ein leises Flüstern voller Weisheit und Mitgefühl. Emotionen sind dramatischer in ihrer Natur, und wir haben sie die „Reaktionen auf Nicht-Verstehen" genannt, denn das ist, was sie im Wesentlichen sind: Explosionen des Nicht-Verstehen-Könnens von dem, was Euch passiert (vgl. dieses Channeling für weitere Erklärungen).

Wenn sich zwischen Sexualpartnern die Herzen öffnen, dann ist da Vertrauen, Liebe und Sicherheit zwischen ihnen. Wenn das Herz in einem sexuellen Zusammensein beteiligt ist, dann erlaubt Ihr Eurer Intuition, von allem Kenntnis zu nehmen, was zwischen Euch passiert, wenn Ihr intim werdet. Ihr versteckt Eure Emotionen nicht, Ihr sprecht sie offen aus. Alte Schmerzen können an die Oberflächen kommen und werden akzeptiert. Ihr werdet so angenommen, wie Ihr seid, und diese Art der Akzeptanz hat die stärkste Heilungskraft, die es gibt. Wenn Ihr Eure Herzensenergie mit Eurer sexuellen Energie verbindet,

dann kann tiefgreifende Heilung in einem Bereich, der sie so sehr benötigt, geschehen.

Aber das Herz kann auch eine wichtige Rolle spielen, um Euch daran zu hindern, Sexualität in einer freudvollen, liebevollen Art und Weise zu erfahren. Euer Herz mag sich selbst aus verschiedenen Gründen von den Freuden der Sexualität abgeschottet haben.

Zunächst kann da im Herzen ein Bedürfnis vorhanden sein, über diese körperliche Ebene der Erde hinauszuwachsen. Zweitens können da auch religiöse Dogmen beteiligt sein, die das Herz daran hindern, sich für das zu öffnen, was Sexualität wirklich ist. Ich werde nun auf beide Themen eingehen.

Das Herz kann eine starke Neigung dazu haben, sich über die dichte Ebene materieller Realität hinweg zu heben. Das ist eine Art Heimweh. Da kann es ein Verlangen nach Einheit geben, das ganz und gar nicht auf eine sexuelle Vereinigung abzielt, das aber in Wirklichkeit in sich eine versteckte Ablehnung der irdischen Ebene und (auch der Sexualität) birgt. Viele von Euch kennen das Bedürfnis, diese Wirklichkeit zu überwinden. Viele von Euch erinnern sich an die Energien von Liebe und Harmonie, die Ihr in nicht-materiellen Ebenen erfahren habt, bevor Ihr auf der Erde inkarniert seid. Eure Herzen sehnen sich nach der Leichtigkeit und dem Licht dieser Schwingung. Ihr versucht, diese Energien in Euch aufzusaugen, wenn Ihr meditiert. Häufig werden die oberen Chakren auf diese Weise aktiviert, also das Herz, der Hals, das Dritte Auge und das Kronenchakra. Sie öffnen sich, während die unteren 3 Chakren (Solarplexus, Bauch und Wurzelchakra), die alle für Euer irdisches Selbst wichtig sind, mehr oder weniger vernachlässigt werden.

Etwas Ähnliches geschieht, wenn auch auf unnatürlichere Weise, wenn Ihr Drogen nehmt. Wenn Ihr bewusstseins-erweiternde Drogen nehmt, werden die höheren Chakren künstlich aufgerissen und Ihr könnt vorübergehend die Glück-seligkeit und Ekstase erfahren, die Euch den dichten und schweren Aspekt der irdischen Realität vergessen lassen.

Auch wenn das Bedürfnis und das Verlangen nach Transzendenz verständlich ist, ist es wichtig, dass Ihr Frieden mit Eurer irdischen Existenz schließt. Sonst schafft Ihr eine künstliche Trennung zwischen dem höheren und dem niedrigeren Teil Eures Energiefeldes. Dann werdet Ihr Euch mit Eurem Bewusstsein am liebsten im oberen Teil Eurer Aura aufhalten und Ihr werdet eine versteckte oder offene Abneigung gegen die Realität Eures Körpers, Eurer Emotionen und Eurer Sexualität entwickeln. Dies führt zu einer Unausgewogenheit in Eurem Energiefeld.

Wenn Ihr auf diese Art und Weise heimwehkrank seid, dann versucht, den Grund und Zweck für Eure Anwesenheit auf der Erde im Hier und Jetzt zu erkennen. Der Zweck Eures Hierseins ist nicht, über die Erde hinaus zu wachsen, sondern Euer Zuhause auf die Erde zu bringen. Dies ist ein heiliges Unterfangen.

Der zweite Grund für das Herz, vor der Sexualität zurückzuschrecken, sind religiöse Dogmen, oft aus vergangenen Leben.

Da kann es Leben gegeben haben, in denen Ihr Enthaltsamkeit geschworen habt oder in denen Ihr gelernt habt, Scham oder Schuldgefühle über Eure körperlichen Freuden und Sexualität zu empfinden. Diese Energien können noch immer in Euren Herzen nachwirken. Diese Vorurteile und Gefühle beruhen nicht auf der Wahrheit. Ich will Euch nochmals sagen, der Körper ist unschuldig. Lust, Begehren und einfach alle körperlichen Prozesse, die Euch nach einer körperlichen Vereinigung verlangen lassen, sind natürliche, gesunde Prozesse. Die Imbalancen, die im Bereich der Sexualität entstehen, sind fast immer auf nicht-körperliche Ebenen, von denen ich nun drei besprochen habe, zurückzuführen.

Die vierte und letzte Ebene ist die des Verstandes. Auf mentaler Ebene kann es da moralische oder spirituelle Glaubenssätze geben, die Euch davon abhalten, Eure Sexualität zu genießen. Die meisten dieser Glaubenssätze sind religiöser Natur.

Es kann z.B. sein, dass Ihr auf spiritueller Ebene das Gefühl

habt, der Körper sei eine Art Gefängnis. Die nicht-körperliche Wirklichkeit der „höheren Sphären" (Ihr nennt es so, nicht ich) wird so stark glorifiziert, dass die körperliche Wirklichkeit unterbewertet wird. Das geschieht bei Lichtarbeitern sehr häufig. Vor allem in ihren Kreisen besteht häufig ein Widerstand gegen das Vergnügen und die Freude, die Sexualität bringen kann.

Die meisten Lichtarbeiterseelen haben viele Lebenszeiten als Priester, Nonnen oder in ähnlichen Rollen verbracht, zurückgezogen aus der Gesellschaft, ohne Partner oder Familie. Sie haben sich so sehr auf ihre Spiritualität konzentriert, dass der Bereich der Sexualität vernachlässigt wurde. Daher kann Euch auf mentaler oder spiritueller Ebene eine Art Unbeholfenheit daran hindern, Eure sexuellen Energien zu erforschen.

In spirituellen oder religiösen Menschen herrscht häufig ein Mangel an Respekt für den Körper in seiner natürlichen Ausdrucksfähigkeit. Das ist wirklich bedauernswert, denn es ist gerade der Ausdruck im Körperlichen, der von unserer Seite aus als die heiligste Reise, auf die sich eine Seele machen kann, bewertet wird. Die Saat Eurer Göttlichkeit so weit von Zuhause auszubringen und zu ernten, in der Realität von Materie und Form, ist eine heilige Aufgabe. Es ist ein göttlicher, kreativer Akt höchsten Ranges.

Vielleicht wart Ihr schon irgendwann an Jemandes Totenbett oder wart Zeuge einer Geburt. In diesen Momenten beginnt oder beendet die Seele den Tanz mit der Materie. Beide Zeitpunkte sind von einer Atmosphäre der Heiligkeit umgeben. Ihr könnt das als eine tiefe, alles umhüllende Stille, angefüllt mit einer Andacht, die das Kommen bzw. Gehen der Seele verkündet, fühlen. Auf beiden Seiten des Vorhangs herrscht nur tiefster Respekt für das, was Ihr in diesem Moment tut. Der Tanz mit der Materie ist etwas Heiliges. Und Ihr verachtet ihn so häufig!

Sexualität ist in ihrer tiefsten Bedeutung ein Tanz in der Materie, der sich gleichzeitig über die Materie erhebt. In einem ausgewogenen sexuellen Selbstausdruck wachst Ihr über die materielle Realität hinaus, ohne sie zu unterdrücken oder zu

ignorieren, ohne Eure drei tieferen Chakren zu vernachlässigen und nur durch die höheren Chakren die Ekstase zu suchen. Komplette Sexualität integriert alle Ebenen Eures Seins. Sexualität schließt die Kluft zwischen Materie und Geist.

Wenn zwei Menschen auf liebevolle Weise intim sind, vibrieren alle Zellen ihrer Körper ein bisschen schneller ... sie beginnen ein bisschen zu tanzen. Es öffnet sich ein Verbindungsweg zu einer energetischen Realität mit einer etwas höheren Vibration und einem leichteren Gefühl. Nach einem sexuellen Zusammenkommen, an dem Ihr ganz und gar beteiligt ward, mit Körper, Seele und Geist, fühlt Ihr Euch gleichzeitig friedvoll und freudvoll. Ihr fühlt eine ruhige Ekstase. Die Zellen Eures Körpers haben von der Energie der Liebe gekostet und in diesem Moment habt Ihr die Realität der Liebe ein bisschen näher an Euch herangebracht. Ihr habt der göttlichen Energie der Liebe, die sich so sehr wünscht, durch Euch zu fließen und die vor Eurer sexuellen Natur nur den größten Respekt hat, Einlass gewährt.

Wenn die Energien aller vier Ebenen in einer sexuellen Zusammenkunft zusammenfließen, ist sie ein göttlicher Schöpfungsakt. Dass Kinder ausgerechnet in diesem Akt entstehen, ist nur natürlich. Wenn der Tanz von männlich und weiblich in solch freudvoller Weise aufgeführt wird, kann daraus nur etwas Gutes und Schönes entstehen. Wenn ein Kind auf diese Weise empfangen wird, dann betritt es die irdische Ebene auf einer Rutsche aus Liebe und Licht. Es ist das liebevollste Willkommen, das eine Seele auf der Erde haben kann.

Weil die sexuellen Energien so wertvoll sind, bitten wir Euch: Geht respektvoll mit Eurer Sexualität um. Wenn es da Probleme, Ängste oder Spannungen in diesem Bereich gibt, verurteilt nicht die Sexualität oder gebt sie auf, denn sie ist ein natürlicher Anteil von Euch und ein heiliger noch dazu.

Sexuelle Probleme und der Kampf der Geschlechter

Ich möchte jetzt auf die Geschichte der Sexualität eingehen und dann etwas über die speziellen Probleme sagen, die Frauen

und Männer heute in ihrem sexuellen Selbstausdruck erfahren.

Auf dem Bereich der Sexualität hat sich vieles getan. Im Kern trägt die Sexualität ein großes Potential an Licht in sich, aber genau deswegen ist da auch ein großes Potential für Missbrauch. Die Geschichte, über die ich sprechen will, ist eine von Machtkämpfen zwischen Männern und Frauen. Diese Geschichte ist uralt und begann zu der Zeit, als die extra-terrestrischen, galaktischen Reiche ihre Einmischung in das Leben auf der Erde vornahmen (vgl. die Lichtarbeiter-Serie auf dieser Webseite für eine detailliertere Darstellung dieses Prozesses). Davor war die Erde eine Art Paradies, ein Garten Eden, in dem Schönheit und Unschuld herrschten. Wir werden auf diese Ära hier nicht näher eingehen, aber nehmt einfach zur Kenntnis, dass Ihr Euch nun in der Endphase eines Machtkampfes befindet, der viel, viel älter ist als die 5000 Jahre niedergeschriebener Geschichte.

In der letzten Phase dieser Geschichte haben Männer ganz klar die Rolle des Täters und Unterdrückers gespielt. Aber das war nicht immer so. Da gab es auch Zeiten, in denen die Frauen viel machtvoller waren, sowohl in der Öffentlichkeit als auch in den privaten Bereichen des Lebens. Sie unterdrückten die männliche Energie auf genauso grausame und sadistische Weise. Ihr müsst wissen, dass die Frauen nicht natürlicherweise das unterdrückte und unterwürfige Geschlecht sind, noch sind sie das liebevollste. Eure Stereotypen von Frauen als lieb, aber machtlos, und von Männern als hart, aber gefühllos, sagen mehr über diese letzte Phase der oben erwähnten Geschichte aus als über Männer und Frauen an sich.

Da gab es Zeiten, vor Eurer aufgeschriebenen Geschichte, in denen matriarchalische Gesellschaften als Standard betrachtet wurden. Zu jenen Zeiten haben auch Frauen ihre Energien in einer zerstörerischen Weise eingesetzt, ohne Respekt vor der individuellen Lebenskraft und Kreativität in jedem menschlichen Wesen zu haben. Da gab es eine Zeit, in der die Frauen Macht über die Männer ausübten. Frauen kontrollierten und manipulierten Männer durch ihre Fähigkeiten auf dem Gebiet der Emotion und der Intuition, zu denen sie eine natürliche

Begabung haben. Darüber hinaus benutzten sie ihre psychische Geschicklichkeit, um Männer zu kontrollieren. So gab es zum Beispiel Opferrituale, in denen Männer gequält und getötet wurden.

Ich möchte diesen Aspekt betonen, da Eure offizielle Geschichte ein einseitiges Bild vom Verhältnis zwischen Männern und Frauen zeichnet. Die Unterdrückung der Frau durch den Mann war während der gesamten Zeit Eurer aufgezeichneten Geschichte evident. Aber der Groll und der Hass, den Männer gegen Frauen hegten (und teilweise immer noch empfinden) kam nicht von ungefähr. Zusätzlich zu den kulturellen Traditionen und Gewohnheiten, die sie beeinflussen, bestehen in der kollektiven Männerseele auch tiefe emotionale Wunden, die aus einer viel älteren Ära stammen.

Ohne weiter ins Detail gehen zu wollen, was diese Ära betrifft, möchte ich Euch bitten, in Euch hineinzufühlen, ob es sein kann, dass Ihr selbst so etwas erfahren habt. Für Frauen lautet die Frage: Könnt Ihr Euch vorstellen, dass Ihr einst Macht über Männer ausgeübt und erfolgreich versucht habt, Ihre Energien zu kontrollieren? Und für Männer lautet die Frage: Könnt Ihr Euch vorstellen, dass das einst im großen Rahmen stattfand und dass Ihr einmal das „schwache Geschlecht" wart? Vielleicht kommen in Euch bestimmte Bilder oder Phantasien auf, wenn Ihr Euch diese Fragen stellt. Lasst Eure Intuition Euch den Weg weisen und beobachtet die Emotionen, die an die Oberfläche kommen. Das könnte überraschend sein.

Innerhalb der kollektiven Männerseele sind wegen dieser uralten Geschichte Hass und Abneigung entstanden. Die fanden ihren Ausdruck in der Unterdrückung der weiblichen Energie im Bereich der Politik, aber auch der Religion, vor allem durch die Kirche. Die Idee, dass Sexualität sündhaft oder bestenfalls ein notwendiges Übel ist, ist eine männliche Gedankenlinie, die durch Hass und Groll beeinflusst wurde, der aus der Unterdrückung männlicher Sexualität in einer anderen Ära resultierte. Männliche Sexualität wurde zu dieser Zeit als Instrument für die Fortpflanzung betrachtet, ohne Respekt für die Gefühlsseite der Männer und die emotionalen Bindungen

zwischen einem Vater und seinen Kindern. Häufig wurden die Kinder durch die Mutter großgezogen, getrennt vom Vater. Dem, was der Vater dachte oder wollte, wurde so gut wie keine Beachtung geschenkt. Wichtige Werte wurden durch die Mutterfigur weitergegeben und die Unterlegenheit des Mannes war einer von diesen Werten. Der Mann war mehr Arbeitstier als gleichberechtigter Partner.

Zusätzlich zur Kirche als Bollwerk frustrierter männlicher Energie, zeigt auch die Welt der Wissenschaft Feindseligkeit gegenüber der weiblichen Energie. Auch wenn Kirche und Wissenschaft in vielen Bereichen natürliche Feinde sind, sind sie doch vereint in ihrem Widerstand gegen den intuitiven, fließenden Aspekt weiblicher Energie. Die Kirchendogmen sind starr und erstickend, aber die wissenschaftliche Methode ist ebenfalls einschränkend, wenn auch auf andere Weise. Während der Antrieb, der hinter der modernen Wissenschaft stand, erleuchtend und innovativ war (im Bedürfnis, falsche Autoritäten zu entthronen), ist sie in einer kleinlichen Art des rationalen Denkens steckengeblieben, die der weiblichen Energie nicht erlaubt, zu partizipieren. Wissenschaftliches Denken ist analytisch und logisch, aber nicht aufgeschlossen genug für die Vorstellungskraft und für außersensorische (intuitive) Quellen der Beobachtung. Die Aversion, die viele Wissenschaftler gegenüber dem „Paranormalen" und allem, was nicht durch rationale Argumente erklärt werden kann, haben, ist auch zum Teil dieser Seelenerinnerung von Schmerz und Erniedrigung geschuldet, die zu einer Zeit zurückführt, als spiritistische Fähigkeiten durch Frauen missbraucht und als Instrument der Manipulation gegen Männer eingesetzt wurden.

Ich spreche von dieser alten Geschichte, weil ich klar machen möchte, dass es in diesem Kampf der Geschlechter im Endeffekt keine Täter und Opfer, keine „Guten" und „Schlechten" gibt,denn Ihr seid beides schon gewesen. Es war ein Kampf der männlichen und der weiblichen Energien, in dem diese zu Gegensätzen wurden, während sie ursprünglich einander ergänzten. In diesen Zeiten heute sind sowohl Männer als auch Frauen aufgefordert, ihre Kräfte wieder zu vereinen und die Freude und Ehrfurcht vor diesem ursprünglichen

gemeinsamen Tanz von Weiblichem und Männlichem wiederzufinden.

Im Wesentlichen ist die weibliche Energie führend und inspirierend, während die männliche Energie dienend und beschützend ist. Die weibliche Energie ist die Inspiration hinter jeder Schöpfung; der männliche Aspekt kümmert sich um die Manifestation in Form und Aktion. Beide Energien sind in jedem Menschen vorhanden, in jedem Individuum, ob Mann oder Frau. Ob Ihr ein Mann seid oder eine Frau, ist nicht wirklich relevant; es ist die Balance und die Beziehung zwischen beiden Energien in Euch, die zählt.

Blockaden in der weiblichen Sexualität

Ich will nun über Energieblockaden im Bereich der Sexualität sprechen, die sowohl auf Männer als auch auf Frauen zutreffen. Bei Frauen ist es vor allem der Bereich des ersten und zweiten Chakras (Wurzel- und Nabelchakra), der infolge von sexueller Unterdrückung über die Jahrhunderte am stärksten verletzt und zerstört wurde. Über viele Jahrtausende hinweg wurden Frauen in fast allen Bereichen der Gesellschaft in eine unterwürfige Rolle gedrängt, und dies findet auch heute noch in vielen Gesellschaften auf der Erde statt. In Bezug auf Sexualität haben sich diese Ungleichheiten als Vergewaltigungen, Übergriffe und Erniedrigungen in großem Umfang manifestiert. Infolgedessen haben viele Frauen, ja die gesamte kollektive Frauenseele, unbeschreiblich gelitten. Es sind tiefe emotionale Wunden entstanden, die Zeit, Liebe und äußerste Fürsorge brauchen, um heilen zu können.

Häufig wird der Drang nach sexueller Vereinigung von Frauen als eine Herzenssehnsucht oder als ein spirituelles Gefühl empfunden. Aber wenn sie körperlich intim werden, kann sein, dass sie feststellen, dass sie nicht in der Lage sind, ihre sexuellen Energien frei auszudrücken, weil da Energieblockaden im ersten und zweiten Chakra vorhanden sind. Da gibt es (Seelen-)Erinnerungen in diesen Chakren an Zeiten, in denen ihnen Sexualität aufgedrängt wurde und sie gedemütigt wurden. Diese Erfahrungen waren so schmerzhaft, dass die

Frauen ihre Energie, ihr Bewusstsein aus dem Bereich des Bauches abgezogen haben. Wenn nun dieser Bereich des Körpers in sexueller Weise berührt wird, ziehen sich die Muskeln unwillkürlich zusammen oder der emotionale Körper signalisiert Widerstand. Die Körperzellen sind sich des Traumas bewusst und folgen der Einladung zum Tanz nicht ohne weiteres. Sie wollen sich abschotten und eine Mauer bilden, um Euch vor mehr Aggression zu schützen. Diese Reaktion ist absolut verständlich und sollte immer auf die respektvollste Weise behandelt werden. Jede Art von Kraftanstrengung, um diesen Widerstand zu überwinden, ist nur eine weitere Verletzung dieser bereits geschundenen Zentren.

Wenn Ihr als Frau solche Empfindungen habt, ist es sehr wichtig, dass Ihr Euch dessen voll und ganz bewusst werdet: Da kann Zorn sein, Widerstand oder Angst im Hinblick auf körperliche Nähe. Und all diese Emotionen sind häufig viel älter als die Beziehungen, in denen Ihr Euch gerade befindet, ja, älter als dieses Leben. In Euren tieferen Chakren können sehr alte Traumen verborgen sein, die tiefe emotionale Wunden hinterlassen haben.

Ich würde vor allem Frauen, die diesen Schmerz bei sich kennen, empfehlen, sich in die Leben hineinzufühlen, in denen sie Aggressor/Täter (im Gegensatz zum Opfer) waren. Oder, wenn es Euch schwer fällt, Euch an frühere Leben zu erinnern, mit der „Energie des Täters oder der starken Frau" in Euch in Berührung zu kommen. Das mag sich sehr merkwürdig anhören, aber der Grund ist folgender: Wenn Ihr Opfer sexueller Gewalt wart, hat dies jede Menge Wut in Eurem Energiefeld hervorgerufen. Es kann sich um die Wut aus mehreren Leben handeln. Diese Wut blockiert Euch und hält Euch in einem Gefühl von Machtlosigkeit und Opfermentalität gefangen. Um diese Wut loslassen zu können, müsst Ihr verstehen. Ihr müsst verstehen, warum und weshalb; Ihr müsst das größere Bild erkennen. Wenn Ihr Euch selbst als starke Frau sehen könnt, die grausam und gnadenlos gegenüber Männern sein konnte, und in Eurem Inneren fühlt, dass auch das ein Teil Eures Selbst ist, dann kann die Wut sich in Luft auflösen. Dann kann in Euch ein durchgehendes Verständnis

erwachen, ein inneres Wissen, dass Ihr Teil einer größeren karmischen Geschichte seid, in der Ihr sowohl die Rolle des Täters als auch die Rolle des Opfers schon gespielt habt. Es ist fast unmöglich, Eure Empfindungen von Schmerz, Machtlosigkeit und Opferdasein loszulassen, ohne Eure andere Seite, die „dunkle Seite" in Euch, wahrzunehmen.

Ihr müsst nicht unbedingt in frühere Leben zurückgehen, um diesen dunklen Teil in Euch zu erkennen. Ihr könnt Euch dessen auch bewusst werden, indem Ihr Euch selbst in Eurem ganz alltäglichen Leben beobachtet. Wenn Ihr diese Energie verspürt (z.B. den Willen, Macht auszuüben oder andere zu verletzen) dann könnt Ihr spüren, dass Ihr nicht immer nur das hilflose Opfer äußerer Umstände wart. Es gibt ein karmisches Band zwischen Täter und Opfer: Beide Rollen spiegeln Aspekte Eures Selbst wider.

Sobald Ihr diese dunkle Seite in Euch kennt und akzeptiert, könnt Ihr Eure eigenen inneren Wunden auf andere Weise betrachten und Ihr könnt anfangen, zu vergeben. Sobald da Verständnis ist, kann sich die Wut auflösen und Ihr könnt mit den Emotionsschichten, die tiefer liegen, in Kontakt treten; der Traurigkeit, dem Schmerz, der da in vielen Ebenen, auch im Körper selbst, vorhanden ist.

Es ist sehr wichtig für Frauen, den Täter-Aspekt in sich selbst zu erkennen und damit zu arbeiten. Wenn Ihr in Euch Gefühle von Hass und Groll im Hinblick auf Sexualität empfindet, dann realisiert, dass Ihr Euch, je mehr Hass und Zorn Ihr fühlt, um so mehr mit der Rolle des Opfers identifiziert und Euch umso mehr Eurer eigenen Freiheit beraubt. Versucht in Euch zu fühlen, dass im Bereich der Sexualität ein karmisches Spiel ausgetragen wird, in dem Ihr beide Rollen schon gespielt habt, sowohl den guten als auch den schlechten Kerl. Vor dort aus könnt Ihr zu einem Ort der Vergebung gelangen, und zwar Vergebung für Euch selbst und für Andere. Alle Dinge geschehen aus einem Grund.

Gewalttaten und Unterdrückung mögen sinnlos erscheinen, aber da steckt immer eine Geschichte dahinter. Und wann immer sexuelle Gewalt involviert ist, hinterlässt sie tiefe Spuren

auf allen vier Ebenen des menschlichen Wesens.

Blockaden in der männlichen Sexualität

Was die männliche Sexualität angeht, bestehen diese Blockaden meist auf der Ebene des Herzens oder des Kopfes. Auf diesen Ebenen besteht oft eine Angst davor, sich auszuliefern und tiefe emotionale Nähe zuzulassen. Auch diese Angst reicht in den meisten Fällen viel weiter zurück, als Ihr Euch erinnern könnt. Sie gehört zu einer Ära, in der die Männer durch die Frauen dominiert wurden. Das machte das Spiel sexueller Anziehung, das ursprünglich einmal unschuldig und spontan war, bedrohlich. Männer hatten gelernt, dass es gefährlich war, ihre Gefühle offen zu zeigen und ihr Herz für ihre Partnerin zu öffnen.

In Männern bestehen tief sitzende Ängste, sich ihrer fühlenden Seite auszuliefern und diese Ängste müssen sich nicht unbedingt auf körperlicher Ebene auswirken. So können sie am körperlichen Geschehen rund um den Sex teilnehmen, während sie ihre Gefühle davon getrennt halten. So kann der Mann auf körperlicher Ebene sexuell aktiv sein, während seine Gefühlsebene (teilweise) fehlt. Seine Gefühle liegen hinter Schloss und Riegel, aufgrund seiner Angst, sich zu öffnen und somit einmal mehr Opfer von Zurückweisung zu werden. Hier liegen alte Seelenerinnerungen des Verlassenseins und emotionaler Verwundungen zugrunde.

Geduld und Liebe

Im Allgemeinen sind die Energieblockaden in Männern und Frauen etwas unterschiedlich. Deswegen ist es sehr wichtig, offen miteinander darüber zu reden, was Ihr fühlt und empfindet, wenn Ihr zusammen seid. Wenn Ihr Eurem Partner wirklich vertraut, dann könnt Ihr ohne Scham untersuchen, an welcher Stelle Eure sexuelle Energie blockiert ist, wenn Ihr intim seid. Das könnt Ihr tun, indem Ihr Euch, wenn da eine Welle der Erregung und Intimität in Euch aufsteigt, einfach bewusst werdet, in wieweit Ihr Euch selbst gestattet, zu fühlen

und Euch auszudrücken. Beobachtet, ob Ihr in irgendeinem Teil Eures Körpers oder Eurer Gefühle blockiert seid oder feststeckt. Fühlt Ihr dieses warme Glühen in Eurem Herzen, wenn Ihr zusammen seid? Fühlt Ihr eine spirituelle Nähe zum Anderen; seid Ihr darauf vorbereitet, dem Anderen in seiner oder ihrer Ganzheit zu begegnen?

Es klingt komisch, aber Ihr habt Angst vor echter Intimität. Ihr alle wünscht Euch sehnlichst eine erfüllte Partnerschaft. Auf der Straße bezieht sich fast jede Reklametafel auf das Ideal einer emotionell und sexuell befriedigenden Partnerschaft. Aber echte Intimität macht Euch Angst. Wenn Euch jemand anders sehr nahe kommt und Euch auffordert, all Eure Masken abzulegen, dann kommen alle möglichen Vorbehalte in Euch hoch, deren Ihr Euch überhaupt nicht bewusst seid. Versucht, Euch in dem Moment, in dem sie auftauchen, nicht zu verurteilen. Begrüßt sie vielmehr als Gelegenheit, Euch diese Vorbehalte und Blockaden in Euch näher anzusehen. Keiner ist frei davon. Fast alle Menschen haben Blockaden, die sie daran hindern, Sexualität in dem vollen Sinn, den ich am Anfang geschildert habe, zu erfahren. Deswegen bitte ich Euch alle, Euch dieses sexuellen Flusses in Euch mit liebevoller Aufmerksamkeit zuzuwenden – ob Ihr nun alleine lebt oder in einer Beziehung – und die Blockaden, die Ihr da findet, mit Fürsorge und Respekt zu behandeln. Etwas Erzwingenwollen ist der schlechteste Ratgeber in diesen Angelegenheiten. Liebe und Geduld sind essentiell.

Haltet die Sehnsucht nach einer wahren und vollendeten Erfahrung der Sexualität in Euch lebendig! Ihr müsst das Kind nicht mit dem Bade ausschütten. Das Verlangen ist gesund. Der Weg zu einer vollendeten und freudvollen Erfahrung der Sexualität mag lang und kurvig sein. Aber auf dieser Straße werden Eure Liebe und Euer Mitgefühl sowohl Euch selbst als auch anderen gegenüber wachsen und das ist so unglaublich wichtig in Eurer menschlichen Welt.

Ihr seid im Begriff, Heilung in eine uralte Geschichte des Kampfes zwischen Männern und Frauen bringen. Die männlichen und die weiblichen Energien wollen wieder

zusammenfinden und diesen Tanz der Freude und der Kreativität zusammen tanzen. Alles, was Ihr auf der individuellen Ebene dazu beitragt, hat einen positiven Einfluss auf die kollektive Seele von Mann und Frau. Eure Liebe zu Euch selbst lässt die Energien von Geduld und Liebe auch für andere immer mehr wachsen.

8 Arbeit, Geld und Kreativität

Liebe Freunde,

voller Freude und Zuneigung bin ich heute bei Euch. Ich kenne Euch so gut und es kommt mir vor, als hätten wir uns erst gestern gesehen. In der Ebene, in der ich mich aufhalte, ist Zeit nicht so wichtig. Ich erkenne Euch sehr gut, auch wenn Eure Verkörperung, Eure physische Erscheinung, anders ist als in den Zeiten, aus denen ich Euch kenne.

Ich bin Jeshua. Ich habe als Jesus in einem menschlichen Körper auf der Erde gelebt. Ich war ein menschliches Wesen unter Menschen genau wie Ihr. Nichts Menschliches ist mir fremd. Aufgrund dieser Erfahrung mit der menschlichen Existenz bin ich zu Euch gekommen, um Euch in Eurer eigenen Entwicklung bei der Geburt dieser Neuen Zeit zu unterstützen. Eine Neue Zeit ist im Entstehen. In diesen Tagen findet eine Transformation statt, zu der Ihr alle eine starke Verbindung spürt.

Ich möchte Euch ein wenig über mich erzählen. Auf Erden war ich ein Mensch aus Fleisch und Blut und eine Art Sprachrohr für die Christus-Energie. Die Christus-Energie floss durch mich hindurch und das war mein wesentlicher Beitrag für die Erde zu jener Zeit. Aber die Christus-Energie ist nicht etwas Exklusives; sie gehört Euch allen. Ihr alle bringt eine Saat aus, bringt heute einen Teil dieser Energie hier auf der Erde aus und darin liegt Eure größte Leistung.

Diese Transformation der Alten zur Neuen Zeit bringt aber auch eine Menge Aufruhr und Entwurzelung mit sich. Der Bereich von Arbeit und Geld ist von dieser Entwurzelung maßgeblich betroffen, da es sich hier um einen Bereich handelt, in dem die alten Energien besonders aktiv sind. Ihr könntet diese als Energien von Macht und Ego bezeichnen.

Diese alten Energien sind in diesem Bereich so stark und aktiv, dass es Euch schwierig erscheinen kann, zu einer gesunden, ausgewogenen Haltung in Fragen von Geld und Arbeit zu finden. In Eurem Beruf, der Organisation oder dem

Unternehmen, in dem Ihr arbeitet, oder Euren Kollegen, werdet Ihr immer wieder mit der Gesellschaft konfrontiert. Häufig fragt Ihr Euch: Wie soll ich nur mit diesen Energien, zu denen ich keine Neigung verspüre und die mich doch jeden Tag umgeben, zurechtkommen? Für diese ständigen Begegnungen zwischen dem Neuen und dem Alten wüsstet Ihr gerne, wie Ihr diesen Gegensatz heilen sollt.

Auf Basis der Energiezentren in Eurem Körper möchte ich dieses Thema für Euch gerne ein bisschen transparenter machen. Die Aura, die zu jedem Menschen gehört, beinhaltet sieben Chakras bzw. Energiezentren. Im Solarplexus, dem dritten Chakra (in der Nähe des Zwerchfells bzw. des Magens), ist der Wille angesiedelt. In diesem Bereich des persönlichen Willens liegen das Streben nach Macht und der Ehrgeiz. In der Zeit der Alten Energie, des gestrigen Menschen, haben die Menschen übermässig aus diesem Zentrum heraus gelebt. Das hängt mit der Haltung, immer gewinnen zu wollen, die eigenen Interessen in den Vordergrund zu stellen und auf Kosten anderer zu kämpfen, zusammen. Eine Haltung wie diese ist häufig aus der Angst und dem Gefühl, verloren zu sein, geboren. Ich habe nicht die Absicht, diese Energien zu verurteilen. Ich möchte nur erwähnen, dass sie meistens vom Solarplexus, vom dritten Chakra aus, aktiv sind.

Ein Chakra höher finden wir das Zentrum des Herzens. Das Herz verbindet Euch mit Eurer Höheren Herkunft, mit den Energie-Sphären, in denen Ihr einst zu Hause wart und aus denen Ihr Ideale mitgebracht habt, die in scharfem Gegensatz zu den Energien von Macht und Ego stehen.

Was nun in der gegenwärtigen Transformation des Bewusstseins geschieht, ist eine Übergabe des Ruders vom Solarplexus an das Herz. Das soll jetzt nicht heißen, dass der Solarplexus aufgegeben werden soll oder ganz zur Seite geschoben. Es ist nicht wahr, dass Ihr Euer Ego „aufgeben" sollt. Es geht vielmehr um die Übergabe des Steuerrades an eine andere Daseinsebene und - damit verbunden - das Fundieren Eures Lebens auf der Herzensenergie. Ihr alle versucht, dies auf dem einen oder anderen Weg zu erreichen,

entweder in Eurem Privatleben oder vor allem auf dem Gebiet von Arbeit und Kreativität. Ihr alle fühlt Euch stark hingezogen zu dieser neuen Basis, der Verlagerung zur Energie des Herzens hin. Ihr alle fühlt, dass Ihr so Euer Leben mit viel mehr Freude und Ruhe leben könnt.

Was nun die Beantwortung Eurer Frage angeht: „Wie gehe ich am besten mit Ego-basierten Energien (in mir selbst und anderen) um?", besteht der wichtigste Schritt darin, Euch vom Herzen aus mit den Energien des Solarplexus (dem Willen und dem Ego) zu verbinden und sie auf liebende und nachsichtige Art und Weise zu führen. Es ist die Verbindung zwischen Herz und Solarplexus (oder allgemeiner gesprochen zwischen den höher und niedriger gelegenen Chakras), die Euch mit Fülle in den Bereichen Arbeit, Kreativität und Geld versorgt.

Nun, woher sollt Ihr wissen, ob Ihr aus Eurem Herzen heraus oder aus Furcht oder dem Ego heraus handelt? Ich möchte Euch gern zwei wichtige Merkmale der Herzensenergie erklären, an Hand derer Ihr sie leicht in Eurem Alltag erkennen könnt. Die erste Charakteristik ist das Fehlen von Kampf und das Vorherrschen von Leichtigkeit und Einfachheit. Ich will sie ***das Fließen in Leichtigkeit*** nennen.

Das Fließen in Leichtigkeit

Ihr seid daran gewöhnt, für die Dinge, die Ihr wollt, zu kämpfen und Euch abzurackern. Vor allem im Bereich der Arbeit gibt es jede Menge Konkurrenz und Ego-Streitigkeiten. Häufig müsst Ihr tun als seid Ihr jemand, der Ihr in Wirklichkeit gar nicht seid, nur um Anerkennung und Wertschätzung zu erfahren. Das steht im Widerspruch zum Sehnen Eures Herzens. Das Herz sehnt sich nach einer natürlicheren Form des Seins. Die Herzensenergie übt keinen Druck aus und ist von Natur aus sehr sanft und angenehm. Sie spricht zu Euch durch Eure Intuition. Das Herz gibt Euch sanfte Hinweise und Anstöße, und sagt Euch nie etwas, was mit einem Gefühl von Angst oder Druck einhergeht.

In Eurem täglichen Leben könnt Ihr deutlich erkennen, ob die

Dinge glatt laufen und ihren natürlichen Weg finden oder ob Ihr häufig Widerstand bei etwas, was Ihr zu erreichen versucht, erfahrt. Im letzten Fall heißt das, dass Ihr nicht – oder zumindest nicht komplett – in Harmonie mit Eurer Herzensenergie seid. Das Geheimnis der Herzensenergie ist, dass sie Wunder vollbringt, nicht durch Gewalt, sondern mit Leichtigkeit und Sanftheit.

Euch zu trauen, Eurer Intuition zu folgen, ist einer der wichtigsten Wege, um mit dem Energiefluss des Herzens in Harmonie zu kommen, den ich das „Fließen in Leichtigkeit" nenne. Eurer Intuition im Kontext von Arbeit und Kreativität zu folgen, selbst wenn das nicht im Einklang mit der Kultur an Eurem Arbeitsplatz steht, schafft Möglichkeiten und Chancen, mit denen Ihr nicht gerechnet habt. Es wird Euch näher an Euer göttliches Selbst heranbringen und Euch auf der Herzebene stärken, und allein dadurch Menschen und Orte für Euch "heranziehen", die Eure Herzenswünsche erfüllen.

Wenn es Probleme gibt, wenn Ihr fühlt, dass Ihr nicht an der richtigen Stelle seid in dieser Arbeitsumgebung, dann geht einen Moment allein in die Stille. Findet einen Moment der Stille und lasst alle Vorstellungen und Ideen, die Ihr von Eurer sozialen Umgebung aufgenommen habt und die mit Angst und Sorgen einhergehen, los. Versucht, all diese Gedanken und Emotionen von einem sehr tiefen und ruhigen Raum Eures Herzens aus anzuschauen. Seht sie als das, was sie sind: Wolken, die vor der Sonne entlang ziehen. Aber sie sind ***nicht*** Ihr.

Geht zu diesem sonnenbeschienenen Zentrum Eures Herzens und fragt Euer Selbst, was in diesem Moment die richtige Verhaltensweise ist. Verbindet Euch mit Eurem alten, weisen Herzen, der Quelle Eurer höchsten Kreativität, und bittet Eure Intuition darum, Euch zu zeigen, was in diesem Moment die richtige Verhaltensweise ist. Versucht, Eure Aktionen nicht darauf zu stützen, was andere denken, auf soziale Verhaltens-standards, die, vor allem im Arbeitsbereich, überwältigend sein können. Das soziale oder kollektive Bewusstsein, das das Verhalten hier diktiert, basiert sehr stark auf Angst: Angst,

seinen Arbeitsplatz zu verlieren, Angst vor sozialem Abstieg und Angst vor Armut. All diese Ängste können Eure Intuition überschatten und doch gibt es da diese innere Stimme, die Euch sagt, was jetzt in diesem Moment für Euch zu tun ist. Der Schlüssel liegt darin, sich zu trauen, auf diese Stimme zu hören. Ihr werdet sehen, dass wirklich Antworten kommen.

Wenn Ihr versucht, in dieses innere Zentrum zu gelangen, kann es sein, dass Euch Gefühle des Selbstzweifels blockieren und das Vertrauen in die Intuition und Ideenfülle Eures Herzens untergraben und sie als falsch und unrealistisch hinstellen. Selbstzweifel kann Euch davon abhalten, dem spirituellen Pfad, der vor Euch liegt, wirklich zu vertrauen. Mit Eurem spirituellen Pfad meine ich den Weg der Erfahrungen, der Euch mit Eurer höchsten schöpferischen Quelle in Berührung bringt, den kreativen Energien, die durch Euch nach außen fließen wollen.

Diese Energien sind schon vorhanden. Aber Ihr könnt sie nur erkennen und sich in der materiellen Welt manifestieren lassen, wenn Ihr auf Euer tiefes Fühlen hört und ihm vertraut. Eure Seele spricht zu Euch durch Eure Gefühle. (Für den Unterschied von Gefühlen und Emotionen lest bitte das Channeling "Umgang mit Emotionen".) Da gibt es keine äusseren Garantien oder Sicherheiten. Ihr müsst vertrauen. Wenn Ihr die Richtung, die Eure Gefühle Euch vorgeben, akzeptiert und Eurer Intuition gemäss zu handeln beginnt, heisst das, dass Ihr Euch der Führung durch Euer Herz geöffnet habt und Euch wirklich vom Ego-basierten zum Herz-basierten Bewusstsein entwickelt.

Ihr habt das Endstadium der Dominanz des Solarplexus bereits erreicht. Eure Seelen sind in diese Inkarnation mit der festen Absicht, diese Art zu leben endlich loszulassen, eingetreten und Ihr seid alle hoch motiviert, Eure Kreativität aus dem Herzen heraus mitzuteilen. Ich bitte Euch, Euch in dieser Phase selbst zu vertrauen und diesen Pfad weiterzugehen, weil Ihr schon jetzt eine neue Energie in diese Welt bringt, die sehr wertvoll ist. Diese Energie bewirkt oft Veränderungen, ohne dass Ihr sie wahrnehmt: Ihr tut mehr Gutes, als Euch bewusst ist. Ihr helft dabei, die neue Ära entstehen zu lassen, indem Ihr dem Fluss Eures Herzens vertraut und es wagt, dem Fließen in Leichtigkeit

zu folgen. Deshalb, habt keine Zweifel und geht Euren Weg weiter.

Die Energie des Herzens ist viel ruhiger und sanfter als die ziemlich brutalen und schroffen Energien, die das Arbeitsleben oft dominieren. Aus diesem Grund bedarf es des Mutes und der Stärke, im Herzen zentriert zu bleiben, wenn Ihr Euch in der Mitte all dieser Ego-basierten Energien befindet. Aber ich sage Euch: Dem Fluss des Herzens zu folgen, wird Euch letztendlich kreative Möglichkeiten geben, die durchaus real und praktisch sind und es wird Euch Fülle auf materieller Ebene bringen.

Es ist ein Akt des Glaubens und des Mutes, Euch diesem Fluss anzuvertrauen.

Ich habe zu Beginn gesagt, dass ich zwei wichtige Merkmale der Herzensenergie benennen möchte. Ich habe mit dem Fließen in Leichtigkeit begonnen. Ich möchte jetzt gern über das Fließen in der Fülle sprechen und es das ***Fliessen im Genug*** nennen.

Das Fliessen im Genug

Die Herzensenergie ist Quelle wahrer Fülle in Eurem Leben. Diese Fülle betrifft alle Bereiche Eures Lebens: von der physischen, materiellen über die emotionale, soziale bis zur spirituellen Ebene. Ihr seid gemacht, um dieses Leben auf der Erde zu genießen und auf allen Ebenen gut versorgt zu sein. Deshalb möchte ich hier Einiges zum Thema der materiellen Fülle sagen, da es für Lichtarbeiter-Seelen von besonderer Bedeutung ist.

Lichtarbeiter-Seelen und spirituell orientierte, idealistische Menschen im Allgemeinen tendieren dazu, Geld zu verurteilen. Sie sehen Geld als grundsätzlich sündhaft an und assoziieren es mit niedriger Energie. Der Grund für diese Abwertung ist, dass sie Geld mit Macht und Besitz auf Kosten anderer gleichsetzen. Geld ist für sie Synonym für Macht. Diese fälschliche Assoziation ist eine der Hauptgründe, weshalb der Fluss

materiellen Reichtums bei vielen von Euch, die das hier lesen, ins Stocken geraten ist.

Lichtarbeiter-Seelen, die ja eine besondere spirituelle Hingabe besitzen, assoziieren Geld oft mit dem Niedrigeren, dem Trivialen, dem, was überwunden werden muss. Hier sind noch viele Glaubenssätze aktiv, die auf Eure Leben der Kargheit und der Abstinenz von der materiellen Welt zurückzuführen sind. Leben, die Ihr häufig in Einsamkeit verbracht habt, die nur darauf abzielten, Euch spirituell zu befreien. Die Energien dieser Lebenszeiten schwingen in Eurem Energiefeld immer noch nach. Das hat eine Art von „Starrheit" zur Folge, die Euch einschränkt.

Aber Geld ist unschuldig. Geld ist ein Energiefluss, der eigentlich nur reine Möglichkeiten impliziert. Geld eröffnet Gelegenheiten, Geld bringt unterschiedliche Möglichkeiten. Daran ist nichts verkehrt. Ebenso wenig bedeutet die Entgegennahme von Geld, dass Ihr auf Kosten anderer lebt. Mit Geld seid Ihr in der Lage, schöne und gute Dinge für andere zu erschaffen. Wenn Ihr es voller Freude annehmt, erweitert Ihr den Fluss der Fülle auf beiden Seiten: auf Eurer und der der anderen. Die kreative Spirale erschafft immer auch einen nehmenden Fluss, so dass sich Nehmen und Geben die Waage halten. Das ist der Weg des Herzens. Deswegen, habt keine Angst davor, Geld anzunehmen.

Es ist wirklich traurig zu sehen, welche Schwierigkeiten Ihr habt, wenn Ihr Eure wirklich großartigen Gaben und Talente mit der Welt teilt und dann gehemmt seid, der Welt zu sagen, was Ihr für Euch braucht und wollt, und es entgegenzunehmen. Viele alte Vorurteile halten Euch davon ab, wirklich für Euch einzustehen und die Seite des Empfangenden zu genießen. Aber das Geheimnis des Universums ist Ausgeglichenheit, Balance.

Das Universum weiß, dass Ihr auf allen Ebenen unterstützt werden müsst, um all Eure großartigen Möglichkeiten in diesem Leben auszudrücken. Da ist nichts Sündhaftes daran. Wenn Ihr wirklich von ganzem Herzen kreativ seid, werdet Ihr einen Strom des Bekommens zu Euch heranziehen und nur, wenn Ihr

ihn akzeptiert, werdet Ihr in der Lage sein, auch weiterhin den Fluss des Gebens lebendig und vibrierend aufrecht zu erhalten.

Ihr mögt Euch der Tatsache, dass Ihr den Fluss des Geldes blockiert oder dass Ihr eine unterschwellige Abneigung gegen Geld habt, nicht wirklich bewusst sein. Nehmt Euch die Zeit, Eure Gedanken und Gefühle im Hinblick auf Geld genauer zu untersuchen und Ihr könnt ganz leicht sehen, wie Ihr den Fluss der Fülle in Eurem Leben behindert. Bitte denkt daran, dass Ihr gedacht ward als Wesen, die das Leben auf der Erde in jeder Hinsicht genießen. Es ist nur zu natürlich, sich an schönen Dingen, die die Sinne streicheln oder das Herz mit Inspiration erfüllen, zu erfreuen. Hier ist Euer Zuhause, Eure Wohnung für recht lange Zeit.

Also erlaubt Euch bitte, Euch eine materielle Umgebung ganz nach Euren Wünschen zu kreieren. Allein schon das Lieben der Erde und dieser materiellen Realität hier, schafft einen Fluss der Fülle für Euch. Die Erde wird hören, was Ihr Euch wünscht und braucht, und es Euch bringen - nicht nur um Euch Wachstum und Entwicklung als spirituelle Wesen zu ermöglichen, sondern einfach auch, damit Ihr das Leben als menschliche Wesen genießen könnt.

Deswegen überdenkt bitte noch einmal tief in Eurem Herzen Eure Einstellung zu materieller Fülle und fühlt, wie dieser Fluss Euch tatsächlich Möglichkeiten eröffnet, an der Neuen Erde zu bauen; Eure Träume auf den festesten Ebenen der Realität zu verwirklichen. Dies ist nicht die Zeit, sich aus der Gesellschaft zurückzuziehen, um alleine auf einem Berggipfel zu meditieren. Dies ist die Zeit der Teilnahme. Es ist Zeit, dass Ihr Eure Energien in die Welt fließen lasst und freizügig alles annehmt, was zu Euch zurückfließt. Fürchtet Euch nicht davor, Fülle anzunehmen. Euren eigenen Beitrag anzuerkennen und genug im Gegenzug für Eure Bemühungen zu nehmen, ist Teil eines wohl ausbalancierten spirituell-menschlichen Wesens.

Ich möchte auch gerne noch etwas zum Wort „genug" sagen. Ich habe Euch gesagt, dass die Herzensenergie einerseits durch das ***Fließen in Leichtigkeit*** gekennzeichnet ist. Wenn Dinge leicht gelingen und alles, was Ihr braucht, plötzlich auf Eurem

Weg auftaucht, ist das ein Zeichen, dass Ihr mit dem Fluss des Herzens Schritt haltet. Der zweite Energiefluss, der zu Eurem Herzen gehört, ist das ***Fließen im Genug***. „Genug" bedeutet: Alles, was ich im Hier und Jetzt brauche, um ein erfüllter menschlicher Engel zu sein, steht mir zur Verfügung. Im Fluss des Genug zu leben bedeutet, dass Ihr dankbar für und zufrieden mit all dem, was Ihr habt, seid. Ihr fühlt Euch genährt durch das, was Euch auf materieller, emotionaler, mentaler und spiritueller Ebene umgibt. Das ist Fülle. Das bedeutet,*genug zu haben*.

Das Fließen im Genug zu erleben, bedeutet, dass Ihr zufrieden seid mit dem, was Ihr gerade im Jetzt habt. Ihr wisst alle, dass Fülle zu erfahren eine subjektive Geisteshaltung ist. Sie hängt ganz von den Umständen ab. Die Quantität der materiellen Fülle steht nicht unbedingt in direktem Zusammenhang mit der Freude, die Ihr dabei empfindet. Fülle erfahren heißt nicht automatisch, sehr reich zu sein, sondern Reichtum zu empfinden mit allem, was Euch umgibt. Ihr habt selbst die Art materieller Fülle herauszufinden, die Euch zufrieden stellt und erfüllt. Für manche Menschen kann das bedeuten, in einer einsamen Hütte ganz alleine irgendwo zu leben, wo sie die Natur in vollen Zügen genießen können. Für andere heißt das vielleicht eine luxuriöse Stadtwohnung, in der sie das bunte Treiben in der Stadt genießen können. Von unserer Seite aus, von Gott oder Geist, gibt es da keine Bewertung.

Ihr müsst selbst herausfinden, was Genug für Euch bedeutet. Der Schlüssel ist, dass Ihr das Fließen findet, das Euch glücklich macht, das Euch das Gefühl gibt, dass Ihr Euer Leben vollständig lebt. Das ist das Fließen im Genug. Ihr könnt es nicht an der Menge Eures materiellen Besitzes ablesen, sondern an dem Gefühl der Freude und Erfüllung, die Ihr in Eurem täglichen Leben empfindet. Genug ist ein Gefühl, keine Sache.

Nicht in diesem Fließen zu sein, kann durch zwei Dinge kommen. Entweder Ihr wollt „mehr als Genug" oder aber Ihr wollt „weniger als Genug". Wenn Ihr „mehr als Genug" wollt, sehnt Ihr Euch nach einem materiellen Überfluss, den Ihr nicht wirklich braucht bzw. an dem Ihr Euch nicht mehr richtig

erfreuen könnt.

Zu viel Besitz macht das Leben kompliziert und nimmt Euch in Wirklichkeit Freude weg. Freude gedeiht in einem einfachen, guten Leben. Ihr strebt oft nach mehr als Genug, weil Ihr es als Sicherheit für die Zukunft benutzen wollt. Ihr könnt von Geld abhängig werden, einfach nur wegen des Gefühls von Sicherheit, das es Euch gibt. Aber es geht um Fülle und Reichtum im Jetzt. Sonst erlebt Ihr Mangel inmitten großen materiellen Reichtums. Um wirklich im Genug zu fließen, müsst Ihr jede diesbezügliche Angst loslassen und Euch trauen, glücklich zu sein, mit dem, was Ihr habt. Diese starke Freude, an dem, was Ihr habt, wird immer mehr davon in Euer Leben ziehen. Sie wird das Fließen im Genug in Gang halten. Wenn Ihr jedoch glaubt, mehr materielle Sicherheit zu brauchen, dann begebt Ihr Euch auf den Pfad Eurer Ängste und was Ihr dann braucht, ist mehr Vertrauen und weniger Angst.

Wenn Ihr im „weniger als Genug" stagniert, seid Ihr ebenfalls einer Angst aufgesessen, aber einer anderen. Hier hindert Euch die Angst, Euch wirklich der Welt zu öffnen, Euch voll einzubringen und dementsprechend Dinge zurückzubekommen. Ihr habt Angst, wirklich aus dem Vollen zu leben. Ihr könnt zum Beispiel denken, dass Ihr es nicht wert seid, oder dass Ihr dazu nicht in der Lage seid oder aber, dass es sündhaft sei, alles, was Ihr seid, zu leben und dafür volle Anerkennung zu erhalten. Dann müsst Ihr lernen, wieder Eure natürliche Schönheit und Unschuld zu erkennen. Ihr seid gemacht dazu, dass Ihr Euch voll auslebt und dass Ihr genau für das, was Ihr seid, geliebt werdet. Die Welt wird schöner und strahlender, wenn Ihr die Geschenke Eurer Seele mit ihr teilt und sie wird es Euch mit genug, das zu Euch zurückkommt, danken. Das Universum ist auf Fülle ausgerichtet, und Ihr könnt in sein Fließen mit hineinkommen, wenn Ihr Euch Eurer wahren Natur öffnet - der reinen, bedingungslosen Liebe.

„Genug" ist der natürlicher Zustand des Seins. Ihr alle seid hier, um das „Genug" zu erfahren; das Fließen im Genug ist für Euch alle erreichbar. Es hat wenig Sinn, sich mit weniger zufrieden zu geben. Es ist nicht wahr, dass Ihr Euch selbst durch Abstinenz

oder selbstgewählte Armut spirituell verbessert. Im Gegenteil kann es eher dazu führen, dass Ihr deswegen Gefühle von Bitterkeit oder Feindseligkeit entwickelt. Bitte versucht nicht, irgendwelche spirituellen Rechtfertigungen für Euren Mangel an Fülle zu suchen. Ihr alle seid hier, um Euch in höchstem Maße am Leben zu erfreuen, Eure schöpferische Energie in die Welt fließen zu lassen, und dafür reich belohnt zu werden.

Das Fließen im Genug wiederherstellen

Wenn Ihr das Gefühl habt, nicht im Fluss zu sein, dann betrachtet all die Dinge, die Euch umgeben und interpretiert sie als eine Energiemitteilung an Euch. „Das ist also, was ich im Moment erschaffe". Verurteilt Euch nicht und auch niemand Anderen. Beobachtet es einfach nur.

Und dann fühlt die Energie Eures aktuellen Umfeldes – sei es Euer Heim, Euer gesellschaftliches Leben oder die Arbeit – und vergleicht sie mit Euren von Herzen gefühlten Sehnsüchten. Nehmt Euch Zeit, um wirklich zu erfühlen, was Ihr Euch wünscht. Gebt Euch nicht zufrieden mit einem vagen Gefühl der Unzufriedenheit und Unruhe, sondern definiert ganz klar, was Ihr in Eurem Leben haben wollt.

Hierdurch werdet Ihr Euch bewusst, dass da ein „Mangel" ist, dass etwas fehlt. Fühlt den Schmerz, der deshalb in Euch ist, aber gebt Euch diesem Gefühl von Mangel oder Unzufriedenheit nicht hin. Diese Übung zielt nicht darauf ab, Euch schlecht fühlen zu lassen. Konzentriert Euch einfach auf die Sehnsüchte, die Ihr spürt. Fühlt ganz tief, dass das genau das ist, was Eure Seele für Euch wünscht. Seid überzeugt, das Euer Sehnen genau in die Richtung zielt, die Eure Seele für Euch in diesem Leben vorgesehen hat. Ihr werdet vom Universum unterstützt werden, es Wirklichkeit werden zu lassen.

Eure fokussierte, stille und offene Bewusstheit für diese Herzenswünsche allein reicht aus, die Dinge geschehen zu lassen. Zu erkennen, wer Ihr seid, ist der größte Magnet für den Wandel in Eurem Alltag. Es ist nicht nötig, ja nicht einmal günstig, noch mehr zu unternehmen, damit Veränderungen auf

der materiellen Ebene geschehen. Der Schlüssel ist, zutiefst zu fühlen (nicht emotional), nach was Ihr Euch sehnt, und es dann Eurem Herzen zu überlassen. Lasst einfach los und vertraut.

Euer Leben wird anfangen, sich zu verändern. Vielleicht beginnt Ihr damit, alte tiefsitzende Muster Eures Denkens und Fühlens und Eurer Verhaltensweisen gegenüber Anderen genauer anzuschauen. Dann werden Beziehungen und Jobs, die nicht wirklich Eurem wahren Ziel dienen, aufhören bzw. verschwinden. Ihr könnt darauf vertrauen, dass Ihr ein Fließen kommt, das Euch langsam aber sicher in Richtung Eures Zieles bringt. Achtet auf die Dinge, die in Eurem Leben passieren. Das, was andere Euch sagen oder tun, enthält oft eine versteckte Botschaft darüber, wo Ihr in Bezug auf Euer Ziel seid.

Alles, was Ihr materiell braucht, um Eure Herzenswünsche zu realisieren, wird auf völlig entspannte Weise, wie aus dem Blauen heraus, erscheinen. Es wird mit Leichtigkeit und Eleganz in Euer Leben treten. Es wird wie ein Wunder erscheinen und sich gleichzeitig perfekt abgestimmt anfühlen. Ihr müsst nicht durchhalten, rumprobieren, drängen oder forcieren! Allein die stille Bewusstheit Eurer wahrsten Bedürfnisse, Eure Ehrlichkeit, sie anzusehen und Euer Mut zu vertrauen und loszulassen, werden die Dinge für Euch geschehen lassen. Die Treue zum tiefsten Sehnen Eures Herzens, mit solch einer Konzentriertheit und Hingabe, wird das Genug Realität für Euch werden lassen.

9 Krankheit und Gesundheit

Liebe Freunde,

Ich heiße Euch ganz herzlich willkommen und schicke Euch all meine Liebe. Ich liebe Euch alle so sehr. Meine Liebe für Euch hat nicht nur eine universale, sondern hat auch eine ganz persönliche Note, denn ich habe viele von Euch gekannt, als ich auf der Erde lebte.

Ich bin Jeshua. Ich habe als Jesus auf der Erde gelebt und war unter den Menschen, um ein Zeugnis der Liebe zu sein, die für uns alle aus der Quelle, die in uns selbst liegt, jederzeit verfügbar ist. Nun ist die Zeit gekommen, dass Ihr die Fackel übernehmt. Ihr seid die Saat, die heute aufgeht. Das ist, was mit der Wiedergeburt Christi gemeint ist. Nicht ich (der eine Mann, der einst auf der Erde lebte) bin derjenige, der wiederkommt, sondern die universelle Macht der Christusenergie, die jetzt in Euch geboren wird. Ich freue mich so sehr, Euch in diesem Prozess zu unterstützen, indem ich auf diese Weise bei Euch bin.

Zu Beginn dieser Session, fragten Pamela und Gerrit mich, welche Themen ich gerne ansprechen möchte und ich sagte ihnen: „Es ist egal, ich möchte einfach nur bei ihnen sein." Ich möchte Euch mit meiner Energie berühren und das ist genug für mich. Denn das Einzige, was zählt, ist, dass Ihr die Flamme der Klarheit in Euch selbst fühlt, die Flamme der Wahrheit. Das ist die Essenz der Christusenergie.

Ich war ein früher Fackelträger, aber jetzt ist die Zeit gekommen, in der Ihr die Fackel übernehmen müsst. Es ist wichtig, dass Ihr Euch darüber im Klaren seid, wer Ihr seid. Ihr tragt diese Fackel und Ihr müsst Euch darüber klar werden, dass die Zeit gekommen ist, dies der Welt zu zeigen, denn die Welt wartet darauf. Dies ist eine Zeit der Wandlung, eine Zeit großer Veränderungen, die viele Gesichter zeigt, sowohl dunkle als auch helle. Die Zeit ist reif für Menschen, die einen weiteren Blickwinkel haben, die die Manifestationen des Hellen und des Dunkeln von einem ruhigen und friedvollen Geisteszustand aus

beobachten können, und die dazu fähig sind, in Liebe da zu sein, ohne Verurteilungen.

Heute will ich über Krankheit und Gesundheit sprechen. Aber vergesst nicht: Mein Hauptanliegen ist, Euch fühlen zu lassen, dass ich da bin. Euch fühlen zu lassen, dass Ihr meinesgleichen seid und ich Euresgleichen bin. Wir sind Eins, wir sind die Träger einer bestimmten Lichtenergie und wir haben eine lange Zeit, während vieler Lebenszeiten, daran gearbeitet, diese Energie wurzeln zu lassen und in der Erde zu verankern. Dies ist Euer Job. Das ist Eure Mission.

Die Zeit ist gekommen, in der Ihr mich nicht länger als jemanden betrachten dürft, zu dem Ihr aufseht. Ich bin ein Bruder und ein Freund für Euch, nicht ein Meister, dem Ihr folgen solltet. Ich möchte Euch mit den Energien der Liebe und der Wahrheit umgeben. Das ist alles, was ich tun kann. Jetzt ist es an Euch, für Euch selbst aufzustehen und das Licht Eurer Fackel leuchten zu lassen.

Gesundheit und Krankheit …. das ist ein Thema, das über kurz oder lang im Leben aller Menschen auftaucht. Zunächst möchte Ich Euch etwas über das Phänomen Krankheit sagen, darüber, was es wirklich ist.

Alle Krankheiten haben eine spirituelle, geistige Ursache. Ich möchte Euch das erklären, indem ich zwischen den verschiedenen Körpern, die Ihr besitzt, unterscheide. Zusätzlich zu Eurem materiellen Körper, der für Euch alle sichtbar ist, besitzt Ihr einen Emotionalkörper, einen Mentalkörper und etwas, was Ihr als spirituellen Körper bezeichnen könnt.

Krankheit beginnt meist im Emotionalkörper. Von hier aus nisten sich bestimmte Blockierungen im physischen Körper, auf materieller Ebene, ein. Häufig tragen Glaubenssätze des Mentalkörpers zusätzlich zur Entwicklung emotionaler Blockaden und damit auch zur Ausprägung einer Krankheit bei. Ich spreche von tief sitzenden Glaubenssätzen oder Denkgewohnheiten. Häufig handelt es sich hierbei um Glaubenssätze darüber, was an Euch selbst richtig oder falsch ist.

Verurteilungen können buchstäblich eine Blockade in Eurem emotionalen Energiesystem hervorrufen. An solchen Stellen, an denen diese Blockaden auftauchen, wo die emotionale Energie nicht mehr frei fließen kann, wird in der Aura etwas wie ein Schatten sichtbar. Diese Energie kann sich im Körper festsetzen. Es muss nicht immer so sein, denn dieser Prozess nimmt einige Zeit in Anspruch und es gibt genügend Gelegenheiten, die Dinge emotional wieder ins Gleichgewicht zu bringen, bevor eine (körperliche) Krankheit ausbricht.

Im Allgemeinen zeigen Euch Eure Emotionen, wenn Eure Energie nicht im Fluss ist, und wenn Ihr ihre Botschaft aufmerksam aufnehmt und sie respektiert, verschwinden die Blockaden recht schnell. Zum Beispiel kann es sein, dass Ihr Euch aufgebracht oder wütend fühlt, immer dann, wenn Ihr eine bestimmte Sache zu machen habt. Wenn Ihr da genauer auf die Emotionen guckt, werden sie Euch erklären, dass Ihr Euch zu sehr zwingt, Dinge zu tun, die Eure wahre Bestimmung und das, was Ihr tatsächlich seid, nicht wirklich unterstützen. Wenn Ihr jedoch Eure Wut beständig ignoriert und Euch weiterhin forciert, Dinge zu tun, die Ihr nicht wahrhaft als gut für Euch empfindet, dann geht die Emotion sozusagen in den Untergrund. Sie verschwindet aus Eurem Bewusstsein und drückt sich nun mit Hilfe Eures physischen Körpers aus. Die unterdrückte Emotion ist eine Energie, die von Euch gehört werden will. Wenn sie sich im Körper ausdrückt, dann manifestiert sie sich als körperliches Symptom.

Ganz allgemein kann man sagen, dass ein körperliches Symptom oder eine Krankheit auf eine Emotion in Euch hindeutet, die Euch überhaupt nicht bewusst ist. Das körperliche Symptom macht sie wieder sichtbar für Euch, nämlich auf einem anderen Niveau, und hilft Euch dadurch, mit der Blockade in Berührung zu kommen. Auf diese Weise sind körperliche Symptome oder Schmerzen die Sprache der Seele. Die Seele sehnt sich nach voller Kommunikation zwischen all ihren Teilen. Die Seele fühlt sich glücklich, wenn ein freier Energiefluss und eine ständige Erneuerung aller Aspekte ihrer Selbst stattfinden. Blockaden hindern die Energie daran, frei zu fließen, und das bedrückt die Seele.

Krankheit hat demnach eine Indikatorfunktion: Sie zeigt Euch, wo Ihr Heilung nötig habt. Auch wenn Krankheit Euch negativ erscheint, in dem Sinne, dass Ihr durch alle Arten von Symptomen und Schmerzen geplagt werdet, liegt der Schlüssel doch darin, sie als einen Wegweiser oder als Botschaft zu betrachten. Wenn Ihr das beachtet, wird es leichter für Euch, mit der Krankheit zusammenzuarbeiten und ihr nicht länger zu widerstehen.

Die Seele hat viele Möglichkeiten, mit Euch zu kommunizieren. Die Seele bevorzugt die Möglichkeit, durch Eure Intuition zu Euch zu sprechen: mit verschiedenen Schattierungen ruhiger Gefühle, mit Vorahnungen, mit leisem Raunen des Herzens. Wenn sie Euch auf diese Weise aber nicht erreicht, dann alarmiert sie Euch mit Hilfe Eurer Emotionen. Die Emotionen sprechen eine deutlichere, lautere Sprache. Sie zeigen Euch sehr deutlich, dass Ihr in Euer Inneres zu schauen habt, um die Ursache dieser emotionalen Reaktion zu finden. Immer, wenn Ihr stark emotional berührt seid, müsst Ihr herausfinden, was die Ursache dafür ist und was das für Euch bedeutet. Wenn Ihr still werdet und aufmerksam lauscht, wird die Seele es Euch sagen. Wenn Ihr Euch jedoch wehrt bzw. ignoriert, wird die Seele durch Euren Körper zu Euch reden.

Der Körper ist ein intelligentes Wesen, hoch empfindlich auf die Dinge, die Ihr ihm gebt, reagierend - nicht nur die materiellen (wie Essen und Trinken), sondern auch auf Emotionen, Gefühle und Gedanken, die Ihr habt. Der Körper ist als Vermittler gedacht. Er ist nicht nur ein Gefäß, um darin zu wohnen, sondern er spielt eine intelligente Rolle, mit der er der Seele hilft, sich auszudrücken und sich in der materiellen Realität kennenzulernen.

Wie könnt Ihr lernen, die Sprache Eurer Seele, wenn sie sich mit einer Krankheit durch Euren Körper ausdrückt, zu verstehen? In dem Moment, wo die Krankheit ausbricht, ist selten klar, welche Botschaft sie Euch bringen soll. Ihr habt ja die Emotion, die sie repräsentiert, für sehr lange Zeit ständig ignoriert. So ist ganz klar, dass Ihr nicht sofort wisst, was die Krankheit Euch sagen soll. Die spirituelle Bedeutung einer

Krankheit zu verstehen, ist eindeutig ein ***Prozess***. Es ist eine Suche, eine innere Reise, in der Ihr Stück für Stück die Kommunikation wieder in Gang bringt.

Um auf diese Reise zu gehen, habt Ihr zuerst einmal die Krankheit zu akzeptieren. Die erste Reaktion auf Krankheit ist aber zumeist Verleugnung oder Widerstand. Ihr würdet lieber die Krankheit sofort verschwinden lassen, weil sie Euch Angst macht. Ihr habt Angst vor Misserfolg, Niedergang, Fehlerhaftigkeit und schließlich dem Tod. Die Panik, die Euch ergreift, wenn Ihr mit körperlichen Störungen oder Krankheit konfrontiert werdet, hindert Euch daran, die Krankheit von einer breiteren Perspektive aus zu sehen. Ihr könntet die Krankheit in einem anderen Licht betrachten. Ihr könntet sie sehen als Botschafter der Veränderung, als Einladung, zu etwas Wertvollem, was Ihr verloren habt, zurückzukehren.

Um die „Wegweiserfunktion" von Krankheit zu verstehen und mit ihr zu kooperieren, ist es überaus wichtig, zu den Symptomen und Schmerzen, die sich in Eurem Körper zeigen, „Ja" zu sagen. Indem Ihr „Ja" sagt, indem Ihr den Zustand Eures physischen Körpers annehmt, habt Ihr eigentlich schon das halbe Problem gelöst. Das Problem ist nicht die Krankheit selbst, sondern das, was sie darstellt, die darunter liegende(n) Blockade(n). Die Krankheit schnappt Euch sozusagen und zwingt Euch, die zugrunde liegende Blockade näher anzusehen. Indem Ihr Euch der Krankheit zuwendet und mit Herz und Seele „Ja" sagt, habt Ihr schon einen Teil der Blockade gelöst, ohne überhaupt zu wissen, was die Krankheit Euch sagen will. Ein Teil der Kommunikation ist bereits wiederhergestellt, einfach nur durch Eure Bereitschaft, Eure Geduld und Eure Entscheidung, auf diese innere Reise zu gehen.

Allerdings ist dieses „Ja"-Sagen, diese grundsätzliche Haltung der Akzeptanz für die Krankheit nicht leicht für Euch. Ihr könnt Widerstand entwickeln, wütend oder verzweifelt sein, und dadurch nicht hören, was die Symptome Euch sagen. Oft gibt Euch Euer Körper ganz deutliche Hinweise. Zum Beispiel zeigt er Euch durch seine krankheitsbedingte Unfähigkeit, dass Ihr bestimmte Aufgaben aufgeben solltet, eine Pause einlegen,

mehr stille Zeit mit Euch verbringen und aufmerksamer zu Euch selbst sein.

Auch wenn Ihr nicht wisst, wie Ihr Eure Krankheit auf spiritueller Ebene interpretieren sollt, könnt Ihr doch sehr häufig eine Menge aus diesen Hinweisen, aus dem, zu dem der Körper Euch durch seine Unpässlichkeit zwingt, herauslesen. Dadurch, dass er Euch auf bestimmten Gebieten bremst, beleuchtet er Dinge, die vorher im Dunkeln lagen. Wie steht es bei Euch mit der Fähigkeit, geduldig und freundlich zu Euch zu sein? Könnt Ihr Euch wirklich gut um Eure körperlichen und emotionalen Bedürfnisse kümmern? Krankheit bringt diese Fragen hoch, und ein Teil des Heilungsprozesses besteht bereits darin, die Emotionen, die das in Euch auslöst, anzuschauen und zu akzeptieren.

Um wirklich den Heilungsprozess zu beginnen, müsst Ihr „Ja" zu all dem sagen: dem Schmerz, dem Unbehagen, der Angst, der Unsicherheit und der Wut. Ihr habt ihnen in die Augen zu schauen, freundlich mit ihnen zu sein und ihnen die Hand zu reichen. Sie kommen zu Euch, damit Ihr geheilt werden könnt. Sie sind nicht etwas, was Ihr so schnell wie möglich aus dem Weg räumen sollt. Es ist kein Zufall, dass sie gerade jetzt in Euer Leben treten.

Aber wenn Ihr diese Körpersprache ignoriert und Euch weiterhin der Krankheit widersetzt, ist es sehr schwierig, zum spirituellen Kern und der Nachricht der Krankheit vorzustoßen. Sie ist von zu viel Angst und Wut umgeben. Wahre innere Freiheit erlangt Ihr nur, wenn Ihr Euch Eurer Krankheit, Eurem Schmerz und Unbehagen, und auch Euren Gefühlen von Angst und Abscheu, von Angesicht zu Angesicht stellt. Umarmt sie und fragt sie ruhig und mit offenem Bewusstsein: Was willst Du mir sagen?

In Eurer Gesellschaft ist es nicht selbstverständlich, ein intimes Verhältnis zu seinem Körper zu haben. Mit Eurem Körper wie mit einem Wesen zu sprechen, das Liebe und Respekt verdient, wird nicht als normal angesehen. Euch werden in Eurer Gesellschaft viele perfektionistische Bilder aufgetischt, wie Euer Körper aussehen sollte, was Fitness und Gesundheit sind, und was Ihr essen und trinken sollt bzw. nicht sollt. Kurz gesagt, da

gibt es alle möglichen Regeln und Standards, wie ein langes und gesundes Leben aussehen sollte.

Aber all diese perfektionistischen Bilder haben keine Beziehung zum Pfad der Seele. Der Pfad der Seele ist überaus individuell. Deswegen seid Ihr gefordert, Euch ganz individuell auf Euch selbst einzustimmen, um die Wahrheit über die Krankheit, Symptome oder Spannungen, die Ihr mit Euch herumschleppt, herauszufinden. Ihr müsst hinter diese allgemeinen, oft künstlichen Standards und Regeln kommen. Ihr müsst all diese Ideen der Welt um Euch herum aufgeben und tief in Euch selbst nach Eurer eigenen Wahrheit suchen.

Das ist eine große Herausforderung für Euch, weil die Angst und die Panik, die Euch im Falle einer Krankheit überfällt, Euch leicht dazu treibt, Euch an Autoritäten außerhalb Eurer selbst zu hängen. Ihr fangt an, nach externen Autoritäten zu suchen, die Euch einen Rat geben und trösten können. Das können Ärzte oder Experten in alternativen Heilmethoden sein; das macht im Wesentlichen keinen Unterschied. Der Knackpunkt ist, dass Ihr aus Angst Eure eigene Verantwortung fallen lasst und sie, zumindest teilweise, an andere übergebt.

Natürlich ist nichts falsch daran, einen Expertenrat anzuhören und häufig ist das sogar sehr vernünftig. Aber danach ist notwendig, dass Ihr dieses Wissen in Euch aufnehmt und es in Eurem eigenen Herzen abwägt. Fühlt, ob der Rat in Euch Resonanz hervorruft oder nicht. Nur Ihr seid die wahren Schöpfer Eures Lebens und Meister Eures Körpers. Nur Ihr selbst wisst, was das Beste für Euren Körper ist. Im wahrsten Sinne des Wortes seid Ihr selbst Schöpfer Eures Körpers.

Da Krankheit häufig eine blockierte Emotion repräsentiert, die teilweise über Euren eigenen Horizont hinausgeht, ist es nicht immer einfach, zu verstehen, wofür die Krankheit oder das Symptom denn nun stehen. Manchmal scheint es sehr schwierig zu sein, herauszufinden, was Euch Eure Seele durch diese bestimmte Krankheit sagen will. In solchen Fällen müsst Ihr in Euch gehen und Euch genau untersuchen, in dem Sinne, dass Ihr Euch nach und nach der Art der Energie bewusst werdet, die sich in dieser Krankheit manifestiert, und was sie Euch

sagen will.

Intimität mit Eurem eigenen Körper wiederzugewinnen, bedarf der Übung. Sie kommt nicht von alleine. Gebt nicht zu schnell auf. Wenn Ihr mit dauernden Spannungen und Symptomen zu tun habt, versucht sie erneut zu untersuchen. Nehmt Euch einen Moment und entspannt Euch und dann wandert mit einem neutralen Bewusstsein zu den Stellen Eures Körpers, an denen sich die Symptome zeigen. Bittet den Schmerz oder die Krankheit, die Gestalt eines virtuellen Lebewesens anzunehmen, damit Ihr Euch mit ihm unterhalten könnt. Bittet darum, dass es als Tier, als Kind oder als Mensch erscheint. Oder bittet es als ein Lehrer zu erscheinen, egal in welcher Form. Macht Gebrauch von Eurer Vorstellungskraft! Die Vorstellungskraft ist ein überaus wertvolles Instrument, um die tiefsten Regungen Eurer Seele aufzuspüren.

Wenn Ihr das tut und merkt, dass Euer Körper antwortet – mit Bildern oder Gefühlen – werdet Ihr Freude fühlen. Ihr werdet glücklich sein über die wiedergewonnene Intimität. Der Körper spricht zu Euch und seine Rolle als Vermittler ist wieder hergestellt. Das ist ein Durchbruch. Sobald Ihr feststellt, dass Ihr Euren Körper von innen her kennt, und dass Ihr die Einzigen seid, die dies tun können, werdet Ihr ein neues Selbstvertrauen spüren.

Dieses Selbstvertrauen macht es für Euch viel einfacher, zu erfahren, was Eure Krankheit Euch sagen will. Es hindert Euch daran, die Antworten, die Ihr von Eurem Inneren Selbst bekommt, einfach beiseite zu schieben, nur weil sie nicht mit den allgemeinen Ideen der Außenwelt übereinstimmen. Intimität mit Eurem Körper ist immer von allerhöchstem Nutzen, aber vor allem dann, wenn der Körper krank ist oder Symptome zeigt.

Ihr könnt Euren Körper nur durch Liebe zum Sprechen bringen. Ihr werde keine echte Kommunikation mit Eurem Körper herstellen, wenn Ihr versucht, die Krankheit zu beseitigen, indem Ihr z. B. hartnäckig heilende Affirmationen oder Visualisierungen wiederholt. Das ist immer noch eine Form von Kampf oder Widerstand.

Der Schlüssel ist, dass Ihr anfangt, die Bedeutung des kranken Teils Eures Körpers zu verstehen. Wenn Ihr sie versteht, können die Dinge überwunden und die emotionalen Blockaden beseitigt werden. So funktioniert der Heilungsprozess: Nicht auf die eine oder andere Weise gegen die Krankheit anzukämpfen, sondern sie wie einen Freund, der Euch die richtige Richtung zeigen will, willkommen zu heißen. Das ist schwer zu verstehen, weil Euch Krankheit so ängstigt und stresst. Und doch ist die Akzeptanz Eurer Krankheit und der Prozess, sie zu verstehen, Euer einziger Weg zu wahrer Heilung. Krankheit will Euch nach Hause bringen.

Chronische und tödliche Krankheiten

Der Sinn und Zweck der Krankheit besteht darin, ein besseres und tieferes Verständnis von Euch Selbst zu gewinnen. Wenn Ihr das tut und Euch auf den inneren Heilungsprozess einlasst, wird körperliche Heilung das Resultat sein.

Aber es ist nicht immer so. Manche Krankheiten verschwinden einfach nicht, obwohl es den Eindruck macht, als seid Ihr zur Wurzel der darunterliegenden emotionalen Blockade vorgedrungen. So ist es bei chronischen Erkrankungen.

Im Falle einer chronischen Krankheit handelt es sich um dauerhafte körperliche Beschwerden, die immer wieder kommen. Vor allem während anfälliger Perioden, in denen Ihr mehr oder weniger den Kontakt zu Eurem Inneren Selbst verliert, kommen die Symptome wieder zurück, manchmal sogar stärker als zuvor. Das kann ziemlich entmutigend sein. Deshalb bitte ich Euch, die Krankheit von einer breiteren Perspektive aus zu betrachten.

Menschen mit chronischen Krankheiten unterziehen sich einer sehr harten Aufgabe. Auf der Seelenebene haben sie eingewilligt, sich den Ängsten, die im Zusammenhang mit ihrer Krankheit auftauchen, zu stellen und perfektionistischen Bildern, wie jemand sein Leben führen sollte, entgegenzutreten. Diese Herausforderung anzunehmen, bedarf jeder Menge Mut.

Häufig ist es so, dass eine Seele eine chronische Erkrankung

wählt, um ein spezielles Thema auf ganz besonders fokussierte Weise zu bearbeiten. Die Krankheit wirft Euch ständig wieder auf ganz bestimmte Emotionen zurück. Es gibt ein emotionales Muster, das die Krankheit begleitet. Wieder und wieder mit diesen Emotionen zu tun zu haben, ist eine sehr schwere Aufgabe, aber sie trägt für die Seele reiche Früchte.

Häufig haben solche Leben eine große Tiefe und einen inneren Reichtum, der für andere nicht immer leicht zu erkennen ist. Deshalb ist es für sie nicht hilfreich, ständig zu kämpfen oder auf eine Verbesserung der medizinischen Situation zu hoffen. Tatsache ist, dass die Krankheit häufig spiralförmig verläuft und Euch so hilft, innerlich in Kreisbewegungen zu wachsen, obwohl Ihr anscheinend andauernd wieder auf die alten Symptome zurückfällt. Auf der spirituellen Ebene fallt Ihr nicht zurück, sondern Ihr erreicht größere Tiefe im Umgang mit Gefühlen von Euch, die Ihr vielleicht in der Vergangenheit, vielleicht sogar in früheren Leben übersehen habt.

Dies ist auch auf Erbkrankheiten oder angeborene körperliche Defekte anwendbar. In diesem Zusammenhang sprecht Ihr häufig von Karma, aber ich bin vorsichtig mit diesem Konzept, weil Ihr die Tendenz habt, Karma mit Verbrechen und Strafe in Verbindung zu bringen. Aber so funktioniert das nicht. Die Seele hat das tiefe Verlangen, sich selbst ganz kennenzulernen und frei zu sein. Dies ist ihr tiefstes Verlangen. Ausgehend von diesem tiefen Wunsch, nimmt sie manchmal Krankheiten, Beschwerden oder körperliche Defekte in Kauf, die ihr dabei helfen, ihr Ziel zu erreichen. Dabei handelt es sich mit Sicherheit nicht darum, Schulden abzuzahlen. Sie hat den starken Wunsch, sich zu befreien und manchmal geht das am besten, indem Ihr extrem schwierige Umstände in Eurem Körper erfahrt. Dieser Absicht können wir nur größten Respekt zollen. Vor allem in Eurer Gesellschaft, in der ein unmenschliches Idealbild, wie man funktional, nützlich, schön und erfolgreich zu sein hat, verehrt wird! Diese Ideen von Perfektion machen es noch schwieriger, Euer Leben mit einem Handikap zu leben und es dennoch als bedeutungsvoll und freudvoll zu erfahren.

Abschließend möchte ich etwas über unheilbare, tödliche Krank-heiten sagen.

Manchmal wird offensichtlich, dass jemand eine Krankheit nicht überleben wird. Der Körper gibt sich nach und nach der Krankheit geschlagen. Der „irdische Rahmen" wird nicht bleiben. Was tut die Seele, die sich in diesem Moment in dem Körper befindet? Solange Ihr die Krankheit bekämpft, könnt Ihr nicht mit Eurer Seele in Kontakt treten, mit Eurem inneren Wissen, das Euch sagt, dass es Zeit ist, Abschied zu nehmen. Manchmal fühlt Ihr schon im Voraus, dass Ihr gehen müsst, aber dieser Gedanke erfüllt Euch mit solchem Horror und solcher Traurigkeit, dass Ihr weiterkämpft. Ihr wartet ungeduldig auf die neue Medizin, die entwickelt wird oder Ihr wartet auf eine neue Behandlungsmethode in naher Zukunft, die Euch helfen kann.

Das ist durchaus verständlich und ich will auch diese Haltung auf keinen Fall verurteilen, aber Ihr verletzt Euch damit selbst auf furchtbare Weise. Wenn Ihr loslasst und dem Tod erlaubt, näher zu kommen, werdet Ihr feststellen, dass der Tod kein Feind, sondern ein Freund ist. Der Tod erlöst Euch von dem Kampf.

Wenn Ihr dem folgt, was Euch der Tod sagen will, werdet Ihr bestimmte Stadien durchlaufen, bevor Ihr wirklich sterbt. Diese Stadien haben mit einem graduellen Loslassen aller irdischen Dinge zu tun - Eurer Lieben, Eurer irdischen Umgebung, Eurer Sinne, mit denen Ihr alles um Euch herum wahrnehmt. Dies ist ein schöner, ganz natürlicher Prozess.

Es wäre ein Jammer, diesen Prozess durch eine Haltung des Kampfes, in dem Ihr um jeden Preis versucht, am Leben festzuhalten, zu überschatten. Oft ist der Körper schon so schwach, dass das Leben gar nicht mehr lebenswert ist. Lasst los. Der Tod ist ein Erlöser, der Euch dienen will. Der Tod ist nicht Euer Feind. Er bringt Euch neues Leben.

Wenn Ihr mit jemandem zusammen seid, der unheilbar krank ist und wenn Ihr das Gefühl habt, dass er weiß, dass er sterben wird, versucht, sanft und liebevoll mit ihm darüber zu reden. Es ist eine Erleichterung für die Person, die gehen wird. Das Wert-

vollste und Liebevollste, was Ihr für einen Sterbenden tun könnt, ist, bei ihm zu sitzen und seine Hand zu halten. Da ist nichts anderes, was Ihr wissen oder tun müsstet, wenn Ihr einen Sterbenden begleitet.

Die Pflege Sterbender ist sehr wichtig in Eurer Gesellschaft. Eines Tages werdet Ihr alle damit in Euren Familien oder in Euren Bekanntenkreisen konfrontiert werden. Seid einfach für den Sterbenden da und fühlt die Reise, die hier beginnt. Fühlt diesen machtvollen, kraftvollen Moment, in dem die Seele den Körper verlässt und in das andere Reich überwechselt - nach Hause.

Betrachtet eine Krankheit, die zum Tode führt, nicht als einen Feind, gegen den Ihr am Ende verlieren werdet. Es ist kein Kampf. Sehr häufig kommt der Tod, um Euch vor noch mehr Schmerz und Elend zu bewahren. Ihr seid ganz sicher keine Verlierer. Ihr werdet einfach Euren Weg auf andere Weise fortsetzen.

Manchmal gibt es da bestimmte Dinge, die Ihr noch gerne erlebt hättet oder die Ihr in diesem Leben noch hättet überwinden wollen, und die Ihr nun nicht zu Ende führen konntet. Das mag Euch belasten, und nicht nur Euch, sondern auch diejenigen, die Ihr zurücklassen müsst. Und doch, ich bitte Euch, dies in Frieden loszulassen, denn da ist eine tiefere Weisheit, die Euch führt und die Euch und Eure Lieben unter neuen und besseren Umständen wieder zusammenführen wird. Eines Tages werdet Ihr wieder zusammen sein und das Leben feiern.

Heute ist meine größte Bitte in Bezug auf Krankheit wirklich: Umarmt Eure Krankheit.

Umgebt die Krankheit mit Liebe und Bewusstsein und lasst Euch durch sie zu einem tieferen Verständnis von Euch selbst führen. Vertraut in die Krankheit und erlaubt Euch in eine tiefere Kommunikation zu Euch selbst zu kommen. Hingabe bedeutet nicht, passiv oder verbittert gegenüber der Krankheit zu sein, sondern mit ihr zu kooperieren, sie als Freund zu sehen.

Ich umarme Euch mit all meiner Liebe und ich bitte Euch,

meine Anwesenheit hier und jetzt zu fühlen, die Anwesenheit der Christusenergie. Fühlt die Liebe, die Euch allen zur Verfügung steht, ob krank oder gesund. Da ist so viel Liebe um Euch herum, die Ihr immer fühlen könnt, sobald Ihr Eure Vorurteile hinter Euch lasst. Ihr habt so viele Vorurteile darüber, was Ihr verdient und was nicht, was Ihr richtig und was Ihr falsch macht und all die Dinge, die Ihr immer noch tun und erreichen müsst. Lasst sie los.

Liebe ist gegenwärtig, hier und jetzt, für Euch alle.