

# *Try to Fly*



## *eine Anleitung, Deine Schöpferkraft zu leben*

Herausgegeben von Eberhard Pröbß  
Copyright © Eberhard Pröbß, 2021  
<https://eberhardproelss.wixsite.com/familienstellen>  
<https://www.gsl-familienstellen-zuerich.com/>  
Alle Rechte vorbehalten  
weitere Bestimmungen s. letzte Seite

# **Gedanken und Einsichten über mein Leben und die Welt II**

***„Sieh eine Welt in einem Körnchen Sand,  
und einen Himmel in einer wilden Blume.  
Greif das Unendliche mit einer Hand  
und fühle Ewigkeit in einer Stunde.“***

William Blake (1757-1827)

# INHALT

Vorwort	003
1. Wie alles begann	004
2. Die Veränderung der Wahrheit	008
3. Die Dualität	013
4. Meine Seele, Ich und mein Höheres SELBST	017
5. Warum hilft mir Gott nicht?	020
6. Warum mir Gott nicht hilft - das Gleichgewicht der Gegensätze	026
7. Wir leben im Opfer-Bewusstsein	030
8. Glaubenssätze halten wir fest	035
9. Wenn wir Täter sind	039
10. Die Retter	045
11. Ich bin ein Schöpfer	050
11.1 Wunder über Wunder – welche Beispiele kennen wir?	050
11.2 als Schöpfer sagst Du „Ja“ zur Veränderung	052
11.3 Bin ich wirklich ein Schöpfer? Zingdad und die Dualitätsfalle	054
11.4 Schöpfer sein heißt auch: es wahrzunehmen	059
12. Umschalten in den Schöpfer-Modus	061
13. 1. Schritt: Annehmen	064
14. 2. Schritt: Absicht	070
15. 3. Schritt: Handeln	079
16. 4. Schritt: Visualisieren	088
17. 5. Schritt: Emotionen	097
18. 6. Schritt: Beobachten	106
Nachwort	113

## VORWORT

In meinem Buch „Ändere Dich und Du änderst die Welt“ habe ich großen Wert darauf auf die Erkenntnis gelegt, dass wir nicht Opfer, sondern Täter sind.

Richtig daran ist, dass wir uns zu oft und zu häufig in der Opfer-Rolle fühlen, ohne zu begreifen, dass wir beteiligt sind an dem, was uns zustößt.

Die Formulierung „Wir sind Täter und nicht Opfer“ schien mir das in meinem ersten Buch am prägnantesten und auch etwas provokatorisch auf den Punkt zu bringen.

Aber die Formulierung ist für mich jetzt nicht mehr treffend. Besser hieße es:

**„Wir sind Schöpfer, keine Opfer“.**

Denn ich glaube, dass wir ständig zwischen dem Gefühl, Opfer zu sein und dem Bewusstsein, dass wir Täter geworden sind und dem Wunsch, Retter zu sein hin und her schwanken. Wir bewegen uns in einem ewigen Kreislauf, in dem wir mal Opfer, mal Täter, mal Retter sind.

Wir erschaffen diesen Kreislauf immer wieder selbst. Denn wir sind die Schöpfer unserer Umstände. Leider meistens unbewusst.

Wir streben danach, bewusste Schöpfer zu sein, statt nur unbewusste Schöpfer. Wir suchen danach, aus dem Kreislauf auszusteigen, um dann unser eigenes Licht sein zu können.

Dazu will ich in diesem Buch einige Anregungen geben und vieles wiedergeben, was ich erlebt, gefühlt, gechannelt bekommen oder gelesen habe.

In keinem Fall möchte ich Dir etwas beibringen oder Dich in eine Richtung manövrieren.

Du bist Dein eigener Schöpfer, Deine eigene Schöpferin.

Du spürst in Deinem Herzen, ob etwas für Dich richtig ist oder nicht.

Wenn Du dieses Buch liest, bist Du bereits auf Deinem Weg. Du wirst immer das finden, was Du für Dich gerade benötigst. Manche Ansätze schiebst Du einfach beiseite. Dann brauchst du sie nicht. Nicht jetzt. Vielleicht später – vielleicht nie.

Ich habe mich viel von Zingdad (Arn Allingham) inspirieren lassen. Ab Kapitel 13 dokumentiere ich seine Anleitungen von ADAMU, wie wir unsere Schöpferkräfte in der 3. Dimension gebrauchen können. Vielleicht beginnst Du gleich mit Kapitel 13. Die ersten Kapitel sind ziemlich theoretisch. Du kannst sie überspringen und mit Kapitel 5 oder 7 anfangen.

Sei Dein Meister, sei Deine Meisterin,  
sei Dein Schöpfer, sei Deine Schöpferin  
das wünsche ich Dir von Herzen

Eberhard Prölß

# 1. Wie alles begann

## **„Bin ich verrückt?“**

Die Frage bewegt mich zu der Zeit, in der ich diese Zeilen schreibe immer mehr, zumal ich merke, dass die Grenzen zwischen äußerer und innerer Wahrnehmung immer fließender werden.

Es gibt zwei Antworten auf diese Frage. Die erste lautet:

**„Mit aller Entschiedenheit – Nein, ich bin nicht verrückt.  
Ich stehe fest mit beiden Beinen auf dem Boden der Erde.“**

Ich bin bei klarem Verstand und ich führe Unternehmungen durch, die wirtschaftlich erfolgreich sind und ein gutes Urteilsvermögen erfordern.

Ich bin freundlich und zugleich durchsetzungsfähig.

„Nein, ich bin auf keinen Fall verrückt.“

Dies ist eine Level 3-Antwort, also eine Antwort, wie sie jede/r geben würde, der sich als Realist bezeichnet und in dieser Welt steht, sieht, riecht, fühlt und denkt.

Eine/r die/der sich in dieser Ebene der Dualität befindet.

Was ich mit Dualität meine, sage ich noch später. Ich gehe einmal davon aus, dass, wer auch immer diese Zeilen liest, den Begriff schon einmal gehört hat und ihn irgendwie zuordnen kann.

Level 3, das ist die Dualität. Auch darauf, was ich mit den verschiedenen Leveln meine, will ich später noch eingehen. Hier geht es mir nur darum, dass zwischen den beiden Antworten auf die Frage, ob ich verrückt bin, unterschiedliche Sichtweisen liegen, weil sie auf unterschiedlichen Leveln (Ebenen) gegeben werden.

Die zweite Antwort liegt also auf einem anderen Level, das sich mehr in meiner Mitte befindet. Sie lautet:

**„Ja, ich bin auf jeden Fall ver-rückt“**

Damit meine ich, dass ich im Laufe der Jahre immer tiefer in die Spiritualität eingetaucht bin und meine Sicht der Dinge, der Welt, ihres Sinns und unseres Daseins in der Welt sich immer mehr verändert hat, also ver-rückt worden ist im Vergleich zu dem, was ich noch vor zwanzig Jahren gedacht habe und voller Überzeugung gesagt und gelebt habe.

Es gibt inzwischen so viele Dinge in meinem Leben, die ich selbst zwar als normal empfinden kann, bei denen ich aber nicht mehr davon ausgehen kann, dass sie auch von anderen als normal empfunden werden.

Wenn es Dir, liebe Leserin, lieber Leser ähnlich ergehen sollte, wenn Du Assoziationen hast, die Dich spüren lassen, dass Du manchmal neben Dir stehst und Dir zusiehst, wie Du ein wenig die Orientierung verlierst, dann bist Du hier genau

richtig. Dann hoffe ich, dass ich Dir etwas mitgeben kann oder besser etwas in Dir anstossen kann, das Du schon lange in Dir trägst.

Wie bin ich in diese Situation gekommen, dass ich auf einer inneren Ebene feststelle, etwas ver-rückt zu sein und was sind die Anzeichen dafür?

Begonnen hat es bei mir schon früher mit der ersten Lektüre von Edgar Cayce, dem schlafenden Propheten, und anderen Schriften wie z.B. über Seth, die ich aber bald wieder aus meinem Leben verdrängt hatte.

Intensiver wurde das vor ca 18 Jahren, als ich begann, mich für die Familienaufstellungen zu interessieren und dort eine Ausbildung machte. Nicht um es später zu praktizieren (was ich entgegen meinen Absichten seit Jahren mache), sondern um hinter die Phänomene schauen zu können, die mir dort begegneten.

Zu der Zeit war ich ein absolut rational ausgerichteter Mensch, der als Manager des Zentral-Einkaufs einer großen Organisation und als Geschäftsführer einer kleinen Gesellschaft (die der großen Organisation nützlich war) täglich gefordert war.

Das Familienstellen bot mir die Chance, mit wachem Verstand begreifen zu können, dass sich zwischen der sichtbaren Welt und dem, was ich an wundersamen Erlebnissen im Familienstellen erlebte, eine verborgene Ebene befinden musste. Wir bzw. unsere Lehrerin nannte sie: „das wissende Feld“ oder auch „das morphogenetische Feld“ in Anlehnung an den Forscher Rupert Sheldrake.

Es erklärte, wieso vor unseren Augen wildfremde Menschen Empfindungen, Verhaltensweisen, Ausdrücke und Gefühle bekommen konnten, die zu anderen Menschen gehörten, welche sie nicht kannten, für die sie aber in einer „Stellvertretung“ aufgestellt worden waren.

Beim Familienstellen schlüpfen Teilnehmer in die Rolle von Verwandten (oder auch von Energien wie z.B. Krankheiten), die mit dem Klienten/der Klientin verbunden sind, der/die ein Anliegen hat und ein Problem lösen will.

Da steht also jemand, ein sogenannter Stellvertreter auf dem Platz der Tochter einer Mutter (die mit der Aufstellung die Beziehung zwischen sich und ihrer Tochter verbessern will) und die Stellvertreterin hat exakt die gleiche Kopfhaltung, wie die Tochter, lässt sich die Haare ins Gesicht fallen, spricht schleppend und emotionslos, während der Stellvertreter der Mutter spürt, wie in der Mutter Ärger über die Tochter hochkommt. All das passiert, wird gefühlt und wahrgenommen, ohne einen von den beiden auch nur ansatzweise zu kennen – aber die anwesende Mutter kann bestätigen, dass es genau so bei ihr zu Hause ist, dass sich die Tochter genauso verhält, dass sie so spricht und sich so die Haare ins Gesicht fallen lässt und dass sie, die Mutter, dabei sehr ärgerlich wird, wenn sie ohnmächtig zusehen muss, was ihre Tochter macht.

Wieso spüren die Stellvertreter das so genau?

Wirklich verstehen können wir es nicht, wie das morphogenetische Feld arbeitet und wirkt – aber wir konnten viele hunderte Male feststellen, dass es so war.

Ich war bei dieser Begegnung mit einer verborgenen, aber wirksamen Welt sowohl begeistert als auch verunsichert. Immer wieder forderte ich Beweise von der geistigen Welt, dass sie existiert und wirksam ist. Die Beweise kamen, aber ich konnte sie nur mit der einen Hälfte meines ICHs annehmen und lehnte mit der anderen nach wie vor allen „Hokuspokus“ ab.

Das war zwiespältig, aber auch nachvollziehbar.

Nicht immer gelang es mir nämlich, etwas erfolgreich umzusetzen, was mir die neue Welt mit ihren vielen Ausformungen zu bieten hatte. Z.B. war ich skeptisch beim Einsatz von homöopathischen Mitteln – und natürlich halfen sie mir dann auch nicht. z.B. forderte ich bei Aufstellungen klare Beweise ihrer Wirksamkeit wie Wunderheilungen. Die gab es, aber sie waren auch rar. Ich verstand zwar, dass es neben anderem auch mit der Haltung (dem Glauben) der Klienten zu tun hatte, aber ich wollte eindeutige Abfolgen, Beseitigung der Ursachen und klare Wirkungen der Heilungen.

Dass es so nicht gehen konnte, war mir zwar klar, aber mein Verstand bestand auf klaren Beweisführungen und Ergebnissen – und tat sie als zufällig ab, wenn sie eintraten.

Mir fällt dabei etwas ein, was ich irgendwo in einem gechannelten Text gelesen habe:

Wenn die Quelle (Gott, Göttin, Ursprung, Liebe ...) es wollte, wäre ein Beweis ihrer Existenz leicht zu führen. Angenommen, man würde unter kontrollierten Bedingungen einen langen Streifen Papier mit einer endlosen Folge von Ziffern, Buchstaben oder Zeichen in einer Box verstecken und dann ein Medium, das mit der geistigen Welt in Verbindung steht, auffordern, die Zeichen, Ziffern oder Buchstaben in einer öffentlichen Vorstellung in der richtigen Reihenfolge anzugeben, dann wäre es den geistigen Wesen ein Leichtes, diese Anforderung zu erfüllen und die richtige Reihenfolge über das Medium vortragen zu lassen.

So etwas gibt es ja tatsächlich. Aber es wieder und wieder zu zeigen, ist vielleicht doch erstaunlich – oder?

Jeder der zusähe, könnte (müsste) entweder überzeugt sein, dass hier etwas Wundersames passiert und letztlich annehmen, dass die geistige Welt wirklich existiert und präsent ist oder alles für ein abgekartetes Spiel erklären, für eine Show, die nicht echt ist.

Wenn das so einfach ist, warum passiert es nicht?

Es hat offensichtlich etwas damit zu tun, dass ein solcher Beweis nicht das gewünschte Ergebnis ist, das wir und die geistige Welt hervorbringen wollen. Offenbar geht es um das Maß an Glauben und an die Entwicklung unserer Überzeugungen und unseres Bewusstseins, das mit einem einfachen Beweis weit weniger kraftvoll entwickelt wäre als bei einem (mühsam gewonnenen) Glauben aus mir selbst heraus.

Dieser Glauben und seine Intensität scheinen ein Ziel unseres Menschseins bei der sogenannten „Erleuchtung“ oder dem „Aufstieg“ (also der Rückkehr in die Mitte und in die Einheit) zu sein.

Bleiben wir erst einmal beim Glauben, der für uns offenbar eine grosse Rolle in unserer Entwicklung spielt.

Glauben beinhaltet Kontrollverlust und Hinwendung zum Vertrauen.

Besonders der Verlust an Kontrolle fällt uns ungeheuer schwer.

Wir glauben oder meinen, zu wissen, dass wir uns schützen müssen.

Dazu brauchen wir Kontrolle. Wir wollen Sicherheit haben und uns sicher fühlen.

Wenn wir aber mächtige Engelwesen wären, müssten wir uns nicht schützen. Wir wären dann ja mächtig. Sind wir Engel? Dann bräuchten wir keine Beweise.

Tatsächlich tun die meisten von uns angebliche „Beweise“ und Wunder achselzuckend ab. Sie können sie nicht erklären, nichts damit anfangen und befassen sich nicht damit. Es hat ja scheinbar nichts mit ihnen zu tun.

Auch die sogenannten hellseherischen „Medien“ mit ihren Durchsagen sind wohl Leute, die anders sind als Du und ich. Sie haben vielleicht angeborene Fähigkeiten, die es bei Leuten wie Dir und mir nicht gibt.

Beweise wird man also wenig finden, wohl aber immer wieder Wunder und verblüffende Abfolgen von Ereignissen.

Mit all dem will ich nur vorbereiten, dass wir uns beim sogenannten „Aufstieg“ in einem schwankenden Boot befinden, wobei Zweifel und auch Ängste immer wieder natürliche Wegbegleiter sind, bevor wir uns unserer Sache immer sicherer werden.

Deinen Weg kann niemand für Dich erledigen. Du bist unterwegs, fängst gerade an oder willst weiter gehen.



## 2. Die Veränderung der Wahrheit

Die Wahrheit ist relativ. Was heisst das und was bedeutet das für uns? Heisst Relativität, dass jede Wahrheit beliebig ist? Können wir alles, was gesagt wird und uns nicht gefällt, einfach beiseite schieben mit dem Satz: „Das ist Deine Wahrheit – meine Wahrheit ist eine andere“?

Wenn wir aneinander geraten und uns gegenseitig kritisieren, ins Wort fallen und ein Wortgefecht liefern über das, was wir für wahr und richtig halten, dann ist es zum einen so, dass wir möglicherweise nicht auf einer Ebene mit dem anderen sprechen und sozusagen aneinander vorbei reden und zugleich jeder auf seine Weise im recht ist.

Zum anderen geht es immer auch um Schutzmauern, die wir aufgebaut haben, um uns zu schützen. Werden sie durchbrochen oder angegriffen, reagieren wir abwehrend und gereizt. In dem Falle sind wir gegenüber uns selbst nicht wahrhaftig. Wir wollen etwas nicht zulassen, etwas nicht sehen, etwas nicht an uns heran lassen, weil wir einmal verletzt worden sind und fürchten, wieder verletzt zu werden, Wir gehen nicht in die Selbstverantwortung, sondern verteidigen unsere Schutzmauern.

Gibt es das auch auf der Ebene der Wissenschaft und der Naturwissenschaft? Sicher. Da ist es nur etwas komplexer. Erkannt wird nur, was der bisherigen Perspektive, dem bisherigen Blickwinkel entspricht. Alle wirklich großen Entdeckungen sind aber von der gängigen Interpretation und Sichtweise abgewichen. Weshalb die Vertreter einer neuen Sichtweise, einer neuen Interpretation nicht selten für „nicht ernst zu nehmen“ erklärt wurden. Einstein z.B. konnte sich nur deshalb durchsetzen, weil er ein unwahrscheinliches Ereignis richtig vorausgesagt hatte. Sonst hätte man ihn als Spinner abgetan.

Zurück zu uns, zu Dir und mir: wir verteidigen unsere Wahrheit, weil wir den Schutz durch unsere Schutzmauern brauchen. Wir können also unseren Schutzmauern dankbar sein (- wie Alfred Stielau-Pallas in seinem Buch „Die Macht der Dankbarkeit“ beschreibt). Wenn wir diese Schutzmauern nicht mehr benötigen und beginnen, aufrichtig und wahrhaftig zu uns selbst zu sein, dann beginnt das, indem wir uns bei unseren Schutzmauern bedanken für das, was sie bisher für uns geleistet haben und wovor sie uns bewahrt haben.

Wir können unsere Schutzmauern abbauen in dem Maße, wie wir an innerer Stärke gewinnen. Das ist ein oft langwieriger Prozess.

In unseren Familienaufstellungen wird das Hereinnehmen und Annehmen von neuen Energien deshalb mit dem Satz begleitet: „Ich nehme Dich herein in mein Leben in dem Maße und in dem Tempo, in dem ich mich sicher und geborgen fühle.“

Wir brauchen diese Sicherheit und Geborgenheit und können uns mit ihr dafür öffnen, etwas in unserem Leben zu verändern und uns sicher zu fühlen, auch wenn wir uns angreifbarer machen und Schutzmauern wegnehmen.

Über die Wahrheit zu schreiben, ist ein sehr weites Feld. Und hier streife ich nur die Aspekte, die damit verbunden sind. Wahrheit, Wahrhaftigkeit, Schutzmauern, eigene Entwicklung – das ist ein Bereich, der uns direkt und persönlich mit der Wahrheit verbindet, mit unserer inneren Wahrheit.

Wenn ich mich auf diesen Weg begeben, gehört auch dazu, dass ich aufhöre, andere zu verurteilen und zu kritisieren, ihnen dabei ihre Würde zu nehmen und sie zu meiner Wahrheit bekehren zu wollen. (Meine Wahrheit dürfen andere gerne hören, aber ob sie sie annehmen, ist allein ihre Entscheidung).

Ein solches Verhalten setzt die Einsicht voraus, dass es keine Wahrheit ausserhalb von mir gibt (also keine äußere, objektive Wahrheit).

Kann ich dieser Einsicht folgen oder sie auch nur in Erwägung ziehen?

Nämlich, dass die äußere, objektive Wahrheit immer nur scheinbar ist und auf dem Irrtum beruht, dass die Meinung von vielen und ihre Glaubenssätze so etwas wie objektive Wahrheit belegen würde?

Spirituelle Menschen fühlen die Wahrheit tief in sich in ihrem Herzen. Das ist ihre Wahrheit und die ist nicht abhängig von den Glaubenssätzen anderer, auch wenn sie natürlich damit übereinstimmen kann.

Du bist der Schöpfer/ die Schöpferin in Deinem Universum.

Das besagt, dass alles, was mit Dir und um Dich geschieht, mit Deiner Zustimmung geschieht, weil Du auf Deiner tiefsten Ebene keine andere Wahl getroffen hast.

Im späteren Kapitel, das unsere Schöpferkraft behandelt, wird von Wundern berichtet, die sich in unserer Welt hier und jetzt ereignen, die niemand für möglich halten würde, aber dennoch geschehen und die nur den Schluss zulassen, dass wir mit unseren Energien die Welt gestalten und gestalten können.

Demnach gibt es ebenso viele Wahrheiten wie es viele Möglichkeiten der Entwicklung gibt, viele Universen, viele Erfahrungshorizonte. Meine Wahrheit ist eine von vielen Möglichkeiten. Sie ist spannend für mich, hat direkt etwas mit mir und meinem Wesen zu tun und kann auch anderen Hinweise geben, muss das aber nicht.

Um der Wahrheit, meiner Wahrheit auf die Spur zu kommen, kann ich die Welt als Spiegel betrachten. Wenn ich mich z.B. über jemanden ärgere oder durch jemanden verletzt fühle, dann reagieren die meisten mit Ärger, Betroffenheit, Wut oder Aggression und Verurteilung.

Angenommen, es stimmt, dass die Welt ein Spiegel für mich ist, dann wären alle diese Reaktionen zwar verständlich, aber nicht wirklich hilfreich.

Ich kann ja nur auf etwas so stark reagieren, wenn dabei etwas in mir angetriggert wird, was nicht in der Balance ist. Sonst würde ich nicht reagieren, sonst würde ich mich nicht aufregen. Etwas ist also immer dran an dem, worüber ich mich aufrege oder an dem Vorwurf, der mir gemacht wird.

In der Psychologie gibt es diese Sache mit der über Kreuz gehenden Wahrnehmung: im Kern geht es um das, was ich im folgenden Beispiel beschreibe:

Axel hält seinen Kollegen Bernd für überheblich, arrogant und aufschneiderisch. Er lehnt dessen Verhalten und damit auch Bernd ab.

Bernd wiederum hält sich selbst für selbstsicher, gewandt im Auftreten und für durchsetzungsstark. Also ganz anders, als Axel ihn sieht. Axel empfindet er hingegen als duckmäuserisch, angepasst und ein wenig als Weichei.

Das geht Axel in seiner Selbstwahrnehmung überhaupt nicht so. Er hält sich für sensibel, verständnisvoll, offen und sozial.

Dahinter könnte stecken: Axel würde es sich wünschen, etwas mehr von den Eigenschaften von Bernd zu haben, kann sich das aber nicht eingestehen, weil er dann auch auf seine eigenen Defizite schauen müsste und zugeben müsste, dass Bernd dort Stärken hat (wenn auch vielleicht zu viel davon), wo er Schwächen hat. Bernd wiederum würde sich über mehr Empathie freuen und über die Fähigkeit, sich nicht immer in den Vordergrund spielen zu müssen.

Er möchte sich aber nicht zu stark damit auseinandersetzen, weil das möglicherweise Konsequenzen von ihm einfordern würde, die er nicht zu ziehen bereit ist. Er geht der Sache (und Axel) lieber aus dem Weg und bleibt bei seinem bisherigen Erfolgsrezept in seiner Lebensweise. Es ist auch einfacher und macht mehr Spass, Axel als Weichei zu betrachten.

Bei beiden haben die jeweiligen Ablehnungen und Vorbehalte etwas mit eigenen Unzulänglichkeiten zu tun, mit dem Wunsch, anders zu sein, als man ist – letztlich auch mit der eigenen Unsicherheit und einer nicht umfassend und in allen Bereichen ausgeprägten inneren Ruhe und inneren Stärke.

Wenn mir also jemand begegnet, der in mir Widerstand auslöst, dann ist immer die Frage berechtigt: „Was hat oder macht diese Person, das mit mir zu tun hat?“ Zur Wahrheit in diesem Sinne gehört dann auch dazu, dass ich bereit bin, aus dem, was mir passiert, zu lernen und auf meine eigenen Blockaden zu schauen und sie aus dem Weg zu räumen.

Ich meine, das kann ich nicht dauernd machen – zumindest nicht am Anfang meines Weges. Das würde mich vielleicht überfordern. Wenn ich immer alles analysiere, hinterfrage und auf die Goldwaage lege, dann kann es mir passieren, dass ich vergesse, zu leben. Also pflege ruhig Deine Vorurteile aber genieße Dein Leben.

Ab und zu ist es angebracht, inne zu halten und sich mit dem auseinanderzusetzen, was ich dauernd so mache und wo ich vielleicht merke, dass ich ein ungelöstes Thema habe. Dabei kann mir dann helfen, an die zu denken, die mich aufregen, ärgern oder stören. Und darüber nachzudenken bzw. in mir die Erkenntnis wachsen zu lassen, was es ist, worauf mich diese Menschen hinweisen.

Natürlich gibt es dann auch Rituale, um mit solchen Menschen in Frieden zu kommen. Ich verweise auf mein Buch „Ändere Dich selbst und Du änderst die Welt“ und das dort im Anhang beschriebene Vergebungsritual „Ho’oponopono“.

Ich nenne hier nur die für dieses Ritual entscheidenden 5 Sätze:

1. ***Ich vergebe Dir***

(Axel würde sagen: Lieber Bernd, ich vergebe Dir Dein arrogantes Auftreten)

2. ***Ich bitte Dich um Vergebung für mich***

(Axel würde sagen: Lieber Bernd, bitte vergib mir meinen Anteil an Deiner Arroganz)

3. ***Ich vergebe mir***

(Axel würde sagen: Ich vergebe mir meine Anteile an Bernds Verhalten, vor allem meine Verurteilung/Ablehnung von ihm)

4. ***Ich liebe Dich***

(Axel würde sagen: Lieber Bernd, in der Tiefe liebe ich Dich)

5. ***Ich liebe mich***

(Axel würde sagen: Auch wenn es mir schwer fällt: Ich liebe mich)

Wenn die Wahrheit insbesondere und vor allem meine Wahrheit ist, dann ist es mir vielleicht (ganz sicher) auch möglich, sie zu ändern.

Warum sollte ich das machen? Warum sollte ich auch nur darüber nachdenken?

Weil ich dann meine Lebensweise und mein Umfeld verändern kann und damit zu einem neuen ICH kommen kann, das ich selbst kreierte.

Ich nehme Einfluss auf das, was ich bin und wie ich bin.

Wie oft findest Du Dich zum Beispiel in einer Situation, wo in einer Gruppe leichtfertig über andere hergezogen wird (rassistisch, sexistisch, überheblich, ungerecht ...) und Du merkst, dass Du Dich anfängst unwohl zu fühlen.

Sollst Du jetzt lautstark Einspruch erheben, die Aufmerksamkeit aller auf Dich lenken und dann die Gruppenmeinung korrigieren, indem du Deine abweichende Meinung kund tust? Sollst Du damit riskieren, auch in Zukunft ausgeschlossen und geächtet zu werden oder auch nur jetzt den Spott auf Dich zu ziehen, wenn Du Deine Wahrheit verkündest? Oder schweigst Du lieber diplomatisch?

In beiden Fällen wirst Du Dir selbst nicht gerecht.

Kennst Du dieses Dilemma?

Deine Wahrheit zu kreieren heisst in diesem Fall, dass Du Dich innerlich einmal neben Dich stellst und Dir sozusagen von oben zuschaust. Du kannst auch Deine Engel, Deine Ahnen, Deine Geistführer zu Hilfe rufen.

Du siehst Dich in Deinem Dilemma und Du kreierst Dich neu, veränderst Dich in Deiner Vision. Das Dilemma weicht von Deiner Seite und Du bleibst bei Dir und doch auch in der Gruppe.

Vielleicht gelingt es Dir dann zu sagen: „Es ist doch interessant, wie unterschiedlich man das wahrnehmen kann. Eure Erfahrungen habe ich so gar nicht gemacht. Bei mir sind Begegnungen mit solchen Menschen immer freundlich zugewandt und sogar hilfreich verlaufen.“ Auf einmal hast Du dann Deine Meinung gesagt, hast aber niemanden wegen seiner Position angegriffen.

Oder Du hast es mit einer Erkrankung zu tun. Deine Krankheit bedrängt Dich, macht Dir Angst und Schmerzen.

Vielleicht gelingt es Dir, Dich gleichsam von oben zu sehen und Dir zu sagen: „Heute

öffne ich mich dafür, dass meine Krankheit mir hilft, eine neue Sicht auf mich zu bekommen. Es ist ungewohnt für mich, mich so hilflos zu erleben. Will mir meine Krankheit helfen, mich weiter zu entwickeln? Will sie mir zeigen, wie ich mit ihr leben kann und wie ich trotz diese Krankheit glücklich sein kann oder zum ersten Mal wirklich ehrlich zu mir bin?“

Du siehst: Wahrheit ist eine Entscheidung. Du hast die Wahl, Deine Wahrheit zu kreieren oder genauso, mit einer Lüge weiter zu leben.

Wenn wir uns im allgemeinen Umgang miteinander fragen, was wahr ist, dann können wir manchmal feststellen, dass z.B. in einer Talk-Runde der eine recht hat und dann der andere auch recht hat, obwohl die Meinungen gegensätzlich sind. Oft liegt es daran, dass die jeweiligen Aussagen nicht auf derselben Ebene gemacht werden. Sie bewegen sich auf verschiedenen Leveln. Die Leute sprechen nicht über dasselbe. Sie reden aneinander vorbei.

Das passiert auch sehr schnell im Zusammenleben mit unseren Partnern. Dein Partner/deine Partnerin schimpft mit dir, weil Du etwas nicht richtig gemacht hast, etwas vergessen hast oder in einer Sache etwas falsch verstehst. Du reagierst mit Empörung und Widerspruch. Aber Du erkennst nicht, dass alles nur ein Vorwand ist, weil es in Wirklichkeit um eine Enttäuschung geht. Du hast Deinen Partner / Deine Partnerin schon zu lange nicht mehr wahrgenommen, ihn/sie nicht mehr mit Liebe angeschaut und in den Arm genommen und das bekommst Du jetzt in einer anderen Form serviert, ohne dass es ausgesprochen wird.

Dann bewegen wir uns nicht auf derselben Ebene, auf demselben Level. Genaues Wahrnehmen, empathisches Hineinhorchen und das Lesen zwischen den Zeilen kann Dir helfen, diese Schwingungen wahrzunehmen und damit einem unnötigen Konflikt die Spitze zu brechen.

Das ist wichtig, denn wie oft erkennen wir, dass ein Streit sich nur an Kleinigkeiten entzündet hat. Kleinigkeiten, hinter denen große Themen verborgen sind.

### 3. Die Dualität

In meiner ursprünglichen Konzeption hing dieses Kapitel inhaltlich enger mit dem vorangegangenen über die Wahrheit zusammen. Aber nun folgt es einfach auf das vorangegangene und hat nur insofern damit zu tun, als die Sicht auf uns, die wir ja angeblich in der Dualität leben, etwas mit unserer Wahrheit zu tun hat und es wie bei der Wahrheit auch hier verschiedene Ebenen gibt.

Die Dualität ist Bestandteil einer Entwicklungsphase des Universums bzw. der Entfaltung des universellen Geistes und Bewusstseins.

Wenn wir die Welt und uns in einem sehr großen Rahmen sehen wollen, gibt es nach den Schriften von Zingdad

Level 0: EINS-Sein  
Level 1: Individuation  
Level 2: Polarität  
Level 3: Dualität

(Alles, was ich hier schreibe, habe ich gelesen. Ich berichte darüber, weil es ein Ansatz ist, der etwas zum Verständnis der Entstehung von Welten beitragen kann. Und ich schreibe es, weil es wohl nicht so viele Darstellungen gibt, die solche Erklärungsansätze liefern.  
Du musst selbst entscheiden, ob Du dem folgen willst oder alles für unwahrscheinlich hältst.)

#### Level 0

ist die erste, ursprünglichste Ebene allen SEINS. Hier gibt es nur Gott, Göttin, die Quelle, EINS. Eine allumfassende, allmächtige Kraft der LIEBE, die wir wahrscheinlich nicht auch nur annähernd mit unserem begrenzten Wahrnehmungshorizont erfassen können.

Wenn die Quelle, dieses göttliche EINS sich selbst in seiner göttlichen Allmacht wahrnehmen wollte, dann musste es offenbar beginnen, Teile aus sich heraus zu bilden, um von außen auf sich selbst schauen zu können.  
Da für die Quelle nur schon der Gedanke ein Schöpfungsprozess ist, reichte es vermutlich aus, sich als außerhalb seiner selbst zu „denken“, um dies zu erschaffen.

#### Level 1:

Diese Teile, die sich aus der Quelle herausbildeten (man sagt: sie haben sich aus der Quelle heraus gesungen - wir nennen sie seit einiger Zeit Erzengel) begannen dann vermutlich, ein Bewusstsein ihrer selbst zu entfalten, wobei sie sich ihrer Zugehörigkeit zur Quelle (als eine Einheit) vollständig bewusst waren und sie vollständig lebten und leben.

Mit der Bewusstwerdung war ein Prozess der Individuation in Gang gesetzt worden, weswegen dieses Level auch das Level der Individuation genannt wird. Eine Form von Selbstwahrnehmung. Die Individuation bedeutet, dass ich mich als einen eigenständigen Teil wahrnehmen kann – gleichwohl als verbundenen, zugehörigen und im Kern originären Bestandteil des EINEN: also das EINE selbst.

Ich habe natürlich keine auch nur annähernde Ahnung, was das Bewusstsein der Individuation auf dieser Ebene beinhaltet. Wenn wir uns auf der Erde als „Selbst“

wahrnehmen, dann ist das wahrscheinlich eine völlig andere Ebene, die aber hier in der ersten Individuation ihren Ursprung hat. Bei uns kommt sehr schnell das EGO mit ins Spiel. Das EGO ist –nebenbei bemerkt – nicht nur negativ und störend beim Aufstieg, sondern es befähigt uns zum Handeln, was wir unbedingt benötigen und wofür wir dem EGO dankbar sein können. Dass es uns dann auch häufig im Wege steht, damit müssen wir wohl leben.

Aber denke bitte einmal nach:

wer von uns möchte sich in völliges Nichts auflösen?

Es gibt Lehrer, die das predigen. Und ich selbst habe Meditationen gemacht mit dem Ziel, ins Nichts zu gelangen. Das ist hilfreich. Aber wer möchte in seinem innersten Kern wirklich auch den letzten Rest seiner Individualität ablegen, nichts mehr sein und nie gewesen sein und ins EINSSEIN zurückkehren? Dort, wo Du in die Glückseligkeit eintauchst und nichts mehr bist als glücklich. So schön das scheint, für viele von uns wäre es wahrscheinlich zu heftig und zu langweilig.

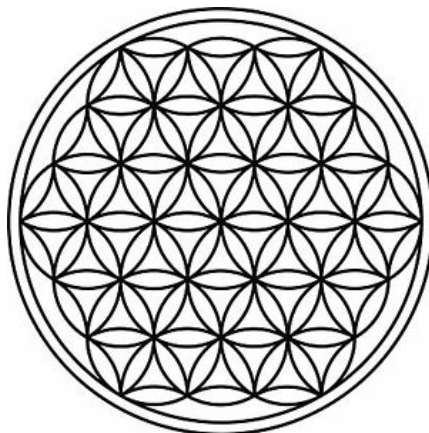
Aber wir wollen und wir gehen in die Einheit. Schon deswegen gibt es bei der Rückkehr in die EINHEIT mehrere Wege und mehrere Stufen und wählbare Erlebniswelten, in denen weitere und andere Erfahrungen gemacht werden können. Ein Ruckzuck zurück in die Einheit gibt es wahrscheinlich nur für sehr wenige Menschen.

Level 2:

Die nächste Stufe wäre dann die Ausformung von Polen, also die Verdichtung von Energie auf der einen Seite und die Bildung von weniger dichter Energie auf der anderen Seite. Irgendwo in dieser Phase der Polarität muss dann auch die Trennung in Weiblich und Männlich erfolgt sein.

Zur Polarität gibt es viel zu sagen und ich will das gerne in einem eigenen Kapitel tun.

Polarität auf dieser Ebene scheint mir viel mit Erschaffung zu tun zu haben – auch Erschaffung von Materie. Die „Blume des Lebens“ (s.u.), die sich an allen Orten der Welt als jahrtausendealtes Symbol finden lässt, beinhaltet alle Formen der heiligen Geometrie. Das sind alle Formen, die zur Bildung von Materie physikalisch benötigt werden und sich in allen kristallinen Strukturen finden lassen. Bekannt ist darunter der sogenannte „Metatronsche Würfel“.



Blume des Lebens

Wenn ich mir mit meinen geringen Geistesgaben vorstelle, ich wäre ein rein immaterielles Wesen, das Materie schaffen will, dann würde ich mich vermutlich erst

einmal auf einen winzigen Punkt konzentrieren. Mit seiner Erschaffung würde ich zugleich einen Raum kreieren. Habe ich den Punkt erschaffen, kann ich ihn bewegen (damit erzeuge ich zugleich neben Raum auch die Zeit).

Entweder aus der Bewegung heraus oder weil es naheliegender ist, käme ich darauf, einen zweiten Punkt im leeren Raum zu erschaffen und beide Punkte zu verbinden. Der Beginn von zwei polaren Punkten ist damit erreicht: der Beginn von Polarität. Lässt man dann die Linie zwischen den Punkten um die Mitte kreisen, entsteht ein Kreis.

Kreist die Linie dann in alle erdenklichen Richtungen um denselben Mittelpunkt, so entsteht aus dem Kreis eine Kugel. Füge ich der Kugel eine zweite Kugel hinzu, die den gleichen Radius hat und die erste Kugel in ihrer Mitte schneidet, dann bin ich am Beginn der „Blume des Lebens“.

Der metatronsche Würfel ist darin enthalten. Bei ihm sind sechs Kugeln konzentrisch um eine siebte Kugel in der Mitte angeordnet und weitere sechs Kugeln befinden sich an den äußeren Kugeln.

Durch gezielte Verbindung der Mittelpunkte von ausgewählten Kugeln lassen sich alle geometrischen Figuren erzeugen. Dazu zählen: Kugel, Pyramide, Dodekaeder, Ikosaeder, Oktaeder, Tetraeder und Hexaeder (Würfel).

Es gibt ganze Bände über das Thema wie z.B. „Die Blume des Lebens“ von Drunvalo Melchizedek.

Auf allen der bisher genannten Leveln (0-2) gibt es ein Bewusstsein des Eins-Seins. Es gibt Ausformungen, spielerische Gestaltung, Kreativität, Ausprobieren und Erfahren, aber nie eine Trennung vom EINSSEIN, weil sie nicht möglich ist. Weil sie offenbar nie möglich ist.

### Level 3:

Auf der dritten Ebene wird dann aber etwas vorgespiegelt, was gar nicht existiert: nämlich die Trennung vom Eins-Sein. Dies ist die Ebene der Dualität. Durch verschiedene Kunstgriffe, durch ein Gerüst und durch Stabilisatoren (wie z.B. Bewusstseinskonstruktions-Halter (s.u.)) wird Teilen des EINEN suggeriert, dass sie allein und getrennt vom EINEN im Universum da sind.

Es gelingt, diese Erfahrung, bei den inkarnierten Wesen (das sind wir: die Menschen) so zu implementieren, dass sie alle völlig davon überzeugt sind, vom EINEN getrennt zu sein (was sie nicht sind). Wichtiges Hilfsmittel sind dabei sogenannte „böse“ Wesenheiten, die durch brutale Eingriffe das globale Gefühl der Ohnmacht und des Ausgeliefert-Seins über Milliarden von Erdenwesen zu erzeugen imstande sind. Diese Wesenheiten (die dunkle Elite) sind offenbar scheinbar notwendig für die Erfahrung der Dualität, haben es aber zugleich für sich gewählt, den schwierigsten Weg zurück zur Einheit gehen zu müssen bzw. zu wollen. Alle Verschwörungstheorien beziehen sich auf diese Wesenheiten.

Ich spreche bewusst in diesem Zusammenhang von „offenbar“ und „scheinbar“, weil es immer den Weg der Rückkehr gibt, den die Welt zur Zeit eingeschlagen hat und weil es auch für diese Wesen einen Rückweg geben muss.

Diese Konstruktion erklärt, warum es in unserer Welt „gut“ und „böse“ gibt und warum das offenbar notwendig ist. Es zeigt noch nicht, wie diese Polarität von „gut“ und „böse“ in die Mitte gebracht werden und aufgehoben werden kann.

Ich möchte noch erklären, was nach meinem Verständnis „Bewusstseinskonstrukthalter“ (s.o.) sind, weil das ja niemand wissen kann, der nichts darüber gelesen hat.



Wenn Du Dir vorstellst, dass Du der Schöpfer dieser Konstruktion der Welt bist und Du mit Erfolg eine Illusionswelt schaffen willst, in der das sonst Offensichtliche (nämlich die Einheit mit der Quelle) versteckt ist und die dort lebenden Individuen größtenteils fest davon überzeugt sind, dass sie allein und getrennt sind, allein und machtlos, allein und ausgeliefert – dann werden diese Individuen auch nicht in der Lage sein, ihr Potenzial für z.B. die Erschaffung von Emotionen zu nutzen. Emotionen und Gefühle sind aber etwas sehr Wichtiges und Notwendiges in dieser Welt.

Dann brauchst Du also Helfer, die diese Energien halten, um sie für die „getrennten“ Individuen bereit zu stellen, wenn sie benötigt werden. Ohne diese Helfer könnten die Energien sich offenbar nicht selbst bereit stellen. Diese geistigen Helfer nennt man „Bewusstseinskonstrukthalter“.

Je mehr sich das Bewusstsein in der Menschheit erweitert, - so wäre meine Schlussfolgerung - desto weniger Bewusstseinshalter werden benötigt.

Ich habe keine Ahnung, ob das eine zutreffende Beschreibung und Schlussfolgerung ist, aber es gibt in verschiedenen Channel-Botschaften Hinweise darauf, dass sich Helfer zurück ziehen, weil die Menschen jetzt selbst in der Lage sind, für sich zu sorgen.

Was ist also das Kennzeichen der Dualität? Es ist das Gefühl und das Bewusstsein der Trennung (von Gott/Göttin/Quelle).

Dualität = Trennung – und nicht so sehr die Zweiheit (außer der Zweiheit im Sinne der Trennung von ICH und GOTT) oder Polarität, wie viele meinen.

Diese Trennung beinhaltet auch den Verlust der Allmacht. Wir sind damit ganz dicht an dem Opfer-Bewusstsein, das in einem anderen Kapitel behandelt wird. Das Opfer-Bewusstsein ist ein Kennzeichen der Erde. Wir haben fast alle das Gefühl, ausgeliefert zu sein und nichts machen zu können, um jedwedem Übel Einhalt zu gebieten. Unsere Erfahrungen und die Erfahrungen von Generationen von Vorfahren vor uns begründen dieses Bewusstsein.

Du bist allein und niemand kann Dir helfen (außer „Gott“).

Manche begeben sich in den Widerstand gegen Ungerechtigkeiten. Ein Widerstand, der sich organisiert und zu schlagkräftiger Macht wird.

Aber wie schnell geraten solche Bewegungen außer Kontrolle? Wie schnell werden sie zu eigenmächtigen Selbstläufern, die ihre ursprünglichen Ziele und Schwüre verraten?

Wenn das passiert, dann stärkt auch dieser ursprüngliche Kampf gegen Ungerechtigkeit letztlich das Bewusstsein der Trennung und der Ohnmacht.

Was wäre aber, wenn wir viel mehr Macht hätten, als wir auch nur ahnen können? Vermutlich müssten wir dann erst einmal die Schulbank drücken, um mit so viel Verantwortung umgehen zu können.

Genau das scheint momentan zu geschehen. Aber vielleicht haben wir ja die Schulbank schon gedrückt?

## 4. Meine Seele, Ich und mein Höheres SELBST

Ich schreibe hier über Dinge, bei denen ich mich auf dünnem Eis bewege. Deshalb bitte ich Dich, Dich immer selbst damit auseinander zu setzen. Vielleicht kommst Du ja zu ganz anderen Erkenntnissen.

Es sind aber Fragen, die in mir gebrannt haben und so nehme ich an, dass es vielleicht auch Deine Fragen sein können. Die Frage zum Beispiel, was das eigentlich ist, mein Höheres SELBST oder meine Seele?

In spirituellen Kreisen ist häufig die Rede vom „Höheren Selbst“. Und natürlich fragt man sich, was das ist, dieses Höhere Selbst. Es soll sozusagen unser geistiges Über-Ich sein, also unsere innerste Quintessenz. Wir in unserer besten jemals denkbaren Ausformung.

Die Energie, die unsere Leben auf der Erde plant, unsere Potenziale gestaltet, dafür sorgt, dass wir möglichst nicht nur Leben für Leben herum gammeln, sondern auch tatsächlich über unsere Themen stolpern (was häufig genug unangenehm ist) usw. Zugleich kann unser Höheres Selbst auch für bestimmte Emotionen oder Gefühle stehen, also Bewusstseinskonstruktionshalter sein für z.B. Freude o.ä. Wir und unsere Höheres Selbst sind eine Einheit. Das Höhere Selbst von uns ist sozusagen unser goldener Engel, der wir in Wirklichkeit sind.

Das klingt für die einen gut und für die anderen mysteriös. Ich kann noch nicht einmal sagen, dass sich in früheren Zeiten und in alten Schriften Generationen von Mystikern mit diesen oder ähnlichen Fragen beschäftigt haben. Mir scheint es so zu sein. Heute sind diese Themen in weite Ferne gerückt und tauchen erst mit der Ausbreitung von Spiritualität und Esoterik neu auf und verlangen nach Antworten, die zunächst keiner mehr hat.

Außer dem Höheren Selbst unterstellen wir, dass wir eine Seele haben, also einen inneren Teil von uns, der uns ganz spezifisch ausmacht und der -so ist es für mich jedenfalls klar- über das gegenwärtige Leben hinaus mit uns verbunden ist.

In manchen christlichen Überlieferungen heißt es, dass die Seele nach dem Tode aufsteigt zu Gott.

Ich habe in einem Channeling einmal meinen Gesprächspartner in der geistigen Welt gefragt, ob er/sie mir den Unterschied zwischen der Seele und dem Höheren Selbst erläutern könne.

Die Antwort war:

„Nun, lieber Freund, ich darf Dir einmal ausführen, dass ja unter Seele –sozusagen- auch verschiedene Definitionen vorherrschen. Deine Seele ist etwas, das auch sehr stark zusammen hängt mit Deinem irdischen Dasein. Deine Seele ist in unmittelbarem Zusammenhang mit Deinem Mensch-Sein. Ein Höheres Selbst ist sozusagen – wenn Du es so betrachten möchtest- noch mehr auch in Zusammenhang mit dem Höchsten, Göttlichen und mit dem, was sozusagen was im Allgemeinen und im Universellen Eins ist. Deine Seele ist sozusagen eine individualisierte Form und Dein Höheres Selbst ist sozusagen noch einmal ein kleiner Aspekt, der vielleicht noch einmal mehr mit der geistigen Reinheit oder dem Allgemeinen Göttlichen Höheren Selbst verschmolzen ist. Aber, lieber Freund, dies sind nur Begrifflichkeiten.“

Denn letztendlich verhält es sich so, dass wenn Du beispielsweise sagst: „aus meiner tiefsten Seele“, dass dann auch Dein Höheres Selbst mit beteiligt ist, lieber Freund.“

Die Seele ist also näher an uns dran. Das Höhere Selbst, ist näher am Göttlichen.

Manche reden auch lieber vom höheren Selbst als dem „Inneren Selbst“. Die Änderung in „Inneres Selbst“ statt „Höherem Selbst“ kann ich gut nachvollziehen. Beim Begriff „Höher“ neigt man dazu sofort in den Himmel zu schauen. Das tun wir alle, wenn wir vom Göttlichen, den Engeln, der Geistigen Welt usw. reden. Wir denken automatisch, dass es irgendwo da oben sein müsse. Damit bewegen wir uns automatisch auf dem irdischen Bewusstsein der Trennung von Gott, Göttin, göttlicher Liebe und uns. Denn die ist irgendwo da oben.

Besser scheint es mir zu sein, wenn ich diese Ebenen von da oben herunter hole in mein Herz oder in meinen Bauch.

Wir sind Teil der Quelle, Teil des Göttlichen und folglich sind diese Ebenen in uns und nicht außerhalb von uns.

Vom Inneren Selbst zu reden, ist dann viel besser als vom Höheren Selbst. Es ist näher bei Gott (Göttin...) und insofern näher bei uns in unserer innersten Essenz. „Gott ist in uns“ - heißt es so schön.

Wenn das alles so ist, dann kommen mir schon große Bedenken. Wenn Gott, das Innere Selbst und alles andere in mir ist, warum habe ich es dann nicht einfacher? Warum kann ich es mir dann nicht leichter machen?

Ich versuche, auf diese Fragen in einem weiteren Kapitel einzugehen. Dabei will ich aber gleich dazu anmerken, dass diese Fragen so tiefgreifend sind, dass sie nicht einfach durch geschriebene Worte beantwortet werden können. Wir können das einkreisen, darauf hinarbeiten, etwas erkennen und umschreiben, aber letztlich muss es erlebt und gefühlt werden.

Selbst, wenn es um die Seele geht, die wir ja durchaus etwas mehr spüren können, stochern wir doch noch gewaltig im Nebel herum.

Bist Du Dir Deiner Seele gewiß? Bist Du ihr schon begegnet? Was ist Deine Seele und wie fühlt sie sich an?

In einer Familienaufstellung erlebte ich wie eine Stellvertreterin, die ganz offensichtlich über eine hohe Durchlässigkeit zur geistigen Welt verfügte, auf einmal in der Stellvertretung rief: „Die Seele kommt!“ und später „Jetzt ist sie da“. Wiederum später war die Seele wieder weg und kam dann erneut.

Bei der Aufstellung ging es darum, dass der Klient immer wieder unter Druck stand etwas tun oder bewegen zu müssen oder sich weiter entwickeln zu müssen. Er machte sich Druck.

Es wurde ein Stellvertreter für den Klienten aufgestellt, eine Stellvertreterin für den Druck und eine Stellvertreterin für „Das, was der Klient eigentlich will“.

Die Stellvertreterin für den Druck war sehr am Klienten orientiert, eher hilflos und der Stellvertreter des Klienten drehte sich immer wieder zur Stellvertreterin für den Druck um, um ihr zu helfen oder sich von ihr ablenken zu lassen.

Auf der anderen Seite stand die Stellvertreterin für „Das, was der Klient eigentlich will“ und wartete auf den Klienten. Sie äußerte immer wieder enttäuscht, dass sie gehofft hätte, der Klient werde sich endlich ihr zuwenden, während der aber immer wieder vom Druck abgelenkt war.

Kommt Dir das bekannt vor? Lässt Du Dich auch immer wieder ablenken von Dingen, die Dich unter Druck setzen, die scheinbar wichtig, aber nie bedeutend sind für Dich?

Die Stellvertreterin, die für „Das, was der Klient eigentlich will“ stand, war dann diejenige die die Seele kommen und gehen spürte.

Wenn ich das, was in dieser Aufstellung zu sehen war, annehme, dann bedeutet es, dass unsere Seele zu uns kommen will, aber häufig nicht von uns gelassen wird. Wir sind statt dessen dauernd abgelenkt mit Arbeit, täglichem Kleinkram, Fernsehen, Dramen und, und, und. Unsere Seele wartet auf uns, aber wir haben keine Zeit für sie.

Ich glaube, wir müssen uns darüber klar werden, dass wir es sind, die die Tür geschlossen halten und nicht die Seele, nicht das Innere Selbst, nicht die geistige Welt.

„Bitte, lieber Gott, hilf mir“, ist offenbar nicht die richtige Einladungsformel, um die Tür zu öffnen.

Stattdessen ist Meditation gut, Stille, in der sich etwas entwickeln kann und sich zeigen kann.

Vielleicht müssen wir auch ganz einfach die Erlaubnis geben, dass die Seele, unser Inneres ICH und die uns umgebenden Engel zu uns kommen und uns helfen dürfen. Das ist offenbar auch der Unterschied zwischen einer Einladung aus einer Opfer-Haltung heraus („Bitte, lieber Gott, hilf mir“) und aus einer Schöpfer-Haltung heraus (Ich gebe die Erlaubnis, mir zu helfen, und lege es in die Hände von ...).

Dazu mehr in den folgenden Kapiteln zu Opfern, Tätern, Retter und Schöpfer.

Ich habe mal gelesen, dass um jeden von uns tausende arbeitslose Engel darauf warten, von uns gebeten zu werden.

Irgendwie passt das ganz schön zusammen.

## 5. Warum hilft Gott mir nicht?

Ich weiß nicht, warum ich diese zum Teil komplexe Themen an den Anfang des Buches stelle. Aber es soll wohl so sein und ich folge dem, was mir meine Umgebung empfiehlt, zu schreiben.

Systematisch kann man natürlich zuerst die Frage behandeln, wieso uns Gott nicht hilft, bevor dann das Kapitel zum Opfer-Bewusstsein folgt. Das passt schon. Aber diese Frage (warum Gott nicht eingreift und hilft) ist so ausufernd und ich habe die Befürchtung, dass ich mich entweder endlos verliere oder es zu kurz und damit zu unverständlich darstelle und Du vielleicht nicht mehr weiter lesen willst. Dabei liegt es doch vollkommen bei Dir, ob Du etwas von dem annehmen willst, was ich schreibe. Ob Du ähnliche Fragen und Gedanken hast oder ob Du ganz anders denkst und fühlst.

Die Frage in der Überschrift zu diesem Kapitel „Warum hilft Gott mir nicht?“ ist uralt und wird doch immer wieder neu gestellt. Warum? Weil man es einfach nicht begreift, dass ein allmächtiger Gott dieses ganze Elend, die Ungerechtigkeit und die Ausbeutung von Mensch, Tier und Natur durch einige wenige zulässt, dass er, wenn er doch allmächtig und voll der Liebe ist, niemanden rettet aus Folter, Krieg, KZ, Elend und Gefängnis.

Da glaubt man dann lieber an keinen Gott mehr, als sich das alles ansehen zu müssen.

Tatsächlich geht es hier um die Glaubensfrage. Um die Frage, ob ich es mir zugestehen kann, Gott – der Quelle zu vertrauen. Ihm/ihr zu vertrauen trotz aller Verwirrungen, weil ich das brauche, weil ich gesehen und geliebt sein will und weil ich ein Teil Gottes bin.

An der Glaubensfrage scheiden sich die Geister. Das hat viele Ursachen. Viele von uns sind in Vorleben mit so Schrecklichem konfrontiert worden und sind in Ihrem Glauben an Gott so erschüttert worden, dass sie sich heute diese Möglichkeit, an Gott zu glauben und ihm zu vertrauen nicht einmal mehr anschauen möchten, sondern sofort in eine strikte Ablehnung gehen. Dahinter liegt ein tiefer Schmerz und zerbrochenes Vertrauen.

Zunächst ist es natürlich die Frage, von welchem Gott da überhaupt die Rede ist. Ist es der biblische Gott? Oder ist es „Gottvater, kosmische Mutter und allumfassende göttliche Liebe“? Ich nutze hier eine der vielen Floskeln, die es dazu gibt.

Für mich geht es eher um „Gottvater, kosmische Mutter und allumfassende göttliche Liebe“ oder um „Gott, Göttin und Spirit“ oder um „die Quelle“, als um den biblischen „Vater, Sohn und heiligen Geist“.

Man muss aber vorsichtig sein: hinter den von mir genannten Begriffen kommt schnell eine Distanz zum Vorschein, die ein Getrennt-Sein beinhaltet und sich um die Frage, ob ich denn glaube und vertraue, herum drückt.

Ich lasse einmal die Frage außen vor, ob Jesus nicht am Kreuz in Jerusalem starb, sondern friedlich in Indien (oder in Frankreich). Auch geht es nicht um die Frage, ob der Gott des alten Testaments nicht in Wirklichkeit eher ein Belzebul gewesen ist, der sich zum Gott erkoren hat. Dazu gibt es zu viele Meinungen und zu viele abweichende Meinungen.

Sicher scheint mir für jedweden Gottesbegriff aber zu sein, dass wir Gott als die Quelle und Inbegriff der Liebe nicht mit unserem Verstand erfassen können und statt dessen ein Evidenz-Erlebnis haben oder das, was man einen Peak-Moment nennt, also ein erfülltes Gefühl des Einsseins, das Du vielleicht in der Stille, in der Meditation oder in der Natur erfährst.

Wer einen solchen Moment erlebt hat, wird ihn nicht vergessen und weiß, dass es etwas Besonderes ist, bei dem sich eine Einheit und ein Aufgehoben-Sein oder ein Wohlgefühl manifestiert hat.

Unseren Verstand können wir also bestenfalls als Hilfsmittel nutzen, um uns dem anzunähern, es zu beschreiben und davon zu zeugen.

OSHO hat in seinem Ashram seinerzeit die dynamische Meditation entwickelt. Er war der Meinung, dass der heutige Mensch – besonders Menschen aus dem Westen – nicht mehr in der Lage sind, einen Moment der Kontemplation, einen Moment der Anschauung von Innen heraus zu kreieren. Deshalb verordnete er seinen Anhängern eine Meditation, bei der sich jeder morgens um 6:00 -begleitet von einer speziellen Musik- so verausgabte musste (mit intensiver Atemtechnik, Schreien oder Toben, Springen, in der Bewegung erstarren und schließlich ruhen und sich selbst feiern bei einer wunderschönen Musik), dass für Gedanken kein Raum mehr blieb und ein Augenblick der Kontemplation erzeugt werden konnte.

Auch bei den Zen-Buddhisten geht es darum, den Verstand auszuschalten, indem Bewegungen (das Anzünden einer Kerze, das Einschenken von Tee) ganz bewusst und langsam vollzogen werden oder indem der Adept sich auf einen Punkt an der Wand konzentriert in dem Bemühen, mit diesem Punkt als EINS zu verschmelzen.

Wenn Du Gott so erfährst, dann ist schon nachvollziehbar, dass es nicht der biblische Gott des Alten Testaments ist und dass Du Dir in Deinem Verstand keine Vorstellung davon machen kannst, wer oder was Gott ist.

In diesem Kapitel geht es also um die Frage, warum Gott, den wir als unbegreifbar aber erfahrbar definiert haben, den Menschen in ihrem Elend nicht hilft.

Meine erste Antwort wäre: er/sie/es kann es nicht.

Gott hilft nicht und greift nicht ein, weil er es nicht kann. Nicht, weil ihm dazu die nötigen Fähigkeiten, die nötige Kraft und Macht fehlen würde (das schließt sich schon allein durch das aus, was wir gewöhnlich mit der „Allmacht Gottes“ verbinden), sondern weil er/sie damit gegen ein von ihm/ihr gegebenes universelles Gesetz der Nichteinmischung verstoßen würde. Dieses Gesetz der Nichteinmischung scheint auch für alle Engel, Geistführer und geistigen Begleiter zu gelten.

Gott würde mit einem Eingriff etwas unterbinden, etwas in seiner Entwicklung stoppen und verändern, das durch göttlichen Willen in der Welt ist und dessen Aufgabe die freie Entfaltung ist in dem Sinne, dass sich Gott durch diese Entfaltung mit freiem Willen selbst erfahren möchte in aller Vielfalt und Universalität.

Zum Verständnis: ich behaupte nicht, dass es so ist und ich eine genaue Kenntnis Gottes hätte. Ich stelle hier nur vor, wie sich mir ein möglicher Erklärungsansatz darbietet.

Die Frage, warum Gott nicht hilft, scheint wichtig zu sein und eine mögliche Antwort hilft vielleicht, ein wenig zu verstehen und damit dann weiter gehen zu können.

Es heißt immer wieder, die Erde sei der Planet des freien Willens.

Das bedeutet, dass sich der Mensch auf diesem Planeten frei entfalten kann. Der Mensch kann die Erde und sich selbst dem Untergang entgegen treiben. Er hat den freien Willen. Das scheint einzigartig zu sein im Universum. Also muss der freie Wille etwas Wichtiges sein. Mit dieser Freiheit der Erde ist sie auch der Ort im Universum, wo Du „Mut“ erfahren und entwickeln kannst.

Mut kannst Du nur entwickeln, wenn Du in gefährliche oder unbekannte Situationen kommst, möglicherweise lebensgefährliche Situationen. Es muss also diese Situationen geben, damit Du Mut entwickeln und erfahren kannst. Wenn Du dann in einer solchen Situation steckst und nach Gott um Hilfe rufst, dann wäre es doch ein Eingriff in Deine persönliche Entwicklung, in Deine Möglichkeit, Mut zu erfahren, wenn von außen ein Hilfskommando käme und Du aus der Situation ohne eigenes Zutun errettet werden würdest. Du wärst zwar errettet, aber das Klassenziel wäre verfehlt und Du müsstest in einem neuen Leben noch einmal antreten, noch einmal in die gleiche (oder vergleichbare) Situation geraten, um dann Deinen Weg zu finden.

Willst du das???

Manche finden in ihrer Hoffnungslosigkeit nur den Ausweg, sich selbst das Leben zu nehmen. Ich habe Mitleid und Verständnis für solche Menschen und ich möchte mich hier auch nicht auf das hohe Ross setzen und schreiben, dass mir so etwas nie passieren könnte oder ich nie in der Nähe solcher Auswegslosigkeit gewesen wäre. Aber ich glaube doch, dass ein Selbstmord ein ziemlich sinnloses Unterfangen ist, das durch die Illusion genährt wird, man könne damit allem entkommen. Ich glaube nicht, dass dem so ist. Ich glaube, dass wir so lange wieder inkarnieren, bis wir alles (fast alles) aufgeräumt haben und gelöst haben, was sich in unseren Leben an Dramen, Traumata, Verdrängungen und Abspaltungen angesammelt hat.

Eigentlich scheint dieses Aufräumen von allem ein ziemlich aussichtsloses Unterfangen zu sein und ich glaube, dass wir deshalb auch keine Erinnerung an unsere Vorleben haben. Sonst würden wir vermutlich verzweifeln. Aber gerade jetzt sieht es so aus, als würde sich die Menschheit in großem Maße aufmachen und beginnen mit dem Aufräumen. Und es scheint so, dass allem Medienspektakel zum Trotz ziemliche Änderungen im Gange sind, die ein neues Bewusstsein hervor bringen.

Aus einer solchen Sichtweise und einem solchen Verständnis heraus ist es zwar verständlich wenn wir Menschen in Verzweiflung und Not um Gottes Hilfe bitten, aber es scheint doch ziemlich widersinnig zu sein, wenn Gott dem nachgeben würde.

Hinzu kommt, dass ich gewöhnlich gar keine Ahnung habe, inwieweit ich selbst an der Entstehung von schwierigen Situationen beteiligt bin. Ich weiß nicht, ob ich selbst es so gewollt habe, wie es gekommen ist.

Aus der geistigen Welt höre ich: „Natürlich hast Du es so gewollt – sonst wäre die Situation ja nicht so da!“

Ich will das an dieser Stelle erst einmal nicht kommentieren.

Mir ist aber während meiner Ausbildung bei einem unscheinbaren Ereignis etwas klar geworden: wir waren ein Ausbildungskurs zum Familienstellen mit ca 30 Teilnehmer/innen. Eine Teilnehmerin, - sie war Mitarbeiterin in einem wissenschaftlichen Institut - berichtete von ihren Ängsten und Schwierigkeiten, vor anderen Leuten zu reden. Unsere Ausbilderin sagte zu ihr: „Wir sind hier rund 30 Leute. Du hast 5 Minuten Zeit und dann stellst Du Dich vor die Gruppe und hältst eine Rede! Das hier sind Deine Zuhörer/innen und sie sind gespannt, was Du ihnen zu sagen hast.“

Nun denkt man: „Die arme Frau“ und ist als Teilnehmer froh, nicht selbst derjenige an ihrer Stelle zu sein. Aber es hat ihr geholfen. Sie stand auf dem Podium und sagte, dass sie unsicher sei und in alle Augen schaue und nun etwas sagen müsse, aber nicht so recht wisse, was. Dann berichtete sie, dass sie anfänglich einen Schweißausbruch gehabt habe, es jetzt aber schon viel besser gehe...

Am Ende bekam sie viel Applaus und warme Reaktionen und hatte ihre erste Stegreif-Rede erfolgreich bestanden. Eine Erfahrung, die ihr sicher weiter geholfen hat, auch in anderen Rede-Situationen bei sich bleiben zu können.

Mir wurde damals klar: wenn diese Frau nicht die Gelegenheit gehabt hätte, vor uns eine Rede halten zu müssen, dann wäre sie womöglich noch immer bei ihrer Angst geblieben. Wenn sie das überwinden wollte, musste sie da hindurch.

Ich glaube, dass es uns allen so geht. Wir müssen durch manche Sachen hindurch, wenn wir glücklicher, freier und erfüllter leben wollen.

Wir haben uns das dann vielleicht doch selbst ausgesucht – damals auf der Wolke, als wir unsere nächste Inkarnation zusammen mit unseren Beratern und Freunden geplant haben. Bei alledem bin ich aber weit davon entfernt, zu glauben, dass wir uns (auf unserer Wolke) Schwierigkeiten und Prüfungen oder unlösbare Aufgaben für unser irdisches Leben aussuchen. Ich glaube vielmehr, dass wir auf unserer Wolke wissen, dass wir die Lösungen in uns haben und uns nur die Gelegenheiten geben wollen, diese auch hervor zu bringen und zu erfahren.

Die Dualität –so haben wir in den vorigen Kapiteln gesehen – ist der Ort der maximalen Trennung von Gott (dem Göttlichen ...).

Warum braucht es überhaupt so einen Ort? Warum braucht es die Illusion der Trennung, wenn es in Wahrheit nie eine Trennung gibt und auch nicht geben kann? Es wäre vermessen, wenn ich sagen würde, ich hätte die Antwort auf diese Frage.



Aber es gibt Hinweise und Aspekte, die zeigen, warum es in etwa gehen könnte und weshalb diese Illusion, diese Konstruktion nötig geworden ist.

Zunächst erkennen wir aus dem Vorangegangenen, dass es um Entwicklung und Entfaltung geht. Das Universum breitet sich immer weiter aus, das Bewusstsein breitet sich immer weiter aus, wird vielfältiger, bunter und universeller.

Wir geraten in der Dualität auf der Erde in Situationen, in denen wir uns weiter entwickeln können. Wir können vermutlich nur hier von einer Position der (vermeintlichen) Trennung unser Licht über viele Leben aufbauen und es scheinen lassen und vom Chaos ins Licht und in die Liebe gehen. Und das ohne Hilfe von außen, sondern nur durch uns selbst – aus eigener Kraft und Erfahrung.

Die damit verbundene Erfahrung ist eine Erfahrung der Liebe, wie sie in dieser Art in anderen Universen wohl nicht möglich ist. Es ist sogar möglich, dass, wenn wir Menschen diesen Weg gehen und ihn ermöglichen können, es eine Rückwirkung auf andere Welten im Universum hat. Die Liebe ist dann quasi neu entdeckt und erschaffen worden, ein Impuls, der an Intensität vermutlich unvergleichlich ist.

Deshalb hört man die geistige Welt auch immer voller Hochachtung von den Menschen auf der Erde reden, weil wir als Engel in das Vergessen gehen und dann einen sehr schwierigen Weg zurück ins Licht nehmen.

Dieser Prozess könnte gemeint sein, wenn es heißt, dass Gott sich selbst erfahren möchte (und dass die Erde mit ihrer Dualität die Basis dafür ist).

Für diesen Prozess werden offenbar viele Parameter benötigt, Bedingungen und Konstruktionen, damit das alles ermöglicht wird.

Es muss ein Gefühl der Ohnmacht und der Trennung erzeugt werden und am besten ist das zu erreichen durch Wesen, die Macht, Gewalt, Missbrauch und Angst erzeugen.

Überhaupt muss es in einer Welt, die das lernen will, vor allem Angst geben. Nur so kann der größte Teil der Menschheit in einem Zustand verharren, der sich als Opfer-Bewusstsein beschreiben lässt.

Soll das heißen, dass alle widerwärtigen Verbrecher, Despoten, Ausbeuter, Sadisten nur im göttlichen Auftrag unterwegs sind? So, wie Luzifer ein gefallener Engel sein soll?

Die Frage gebe ich zurück. Was glaubst Du? Was hältst Du für möglich oder wahrscheinlich?

Ich bin gegen Gewalt, Missbrauch, Ausbeutung und Unterdrückung wo auch immer sie sich zeigt.

Mir scheint, dass solche Menschen, die das tun oder fördern – vielfach aus einer Angst und einer Verletzung heraus - in jedem Fall einen sehr schwierigen Weg gewählt haben, um zurück ins Licht zu finden, der Weg, den wir alle gehen.

Ich weiß auch nicht, an welcher Stelle dieses Weges ich mich befinde. Ich kann nicht sagen, wie viele Leben ich schon hinter mir habe, in denen ich aus Angst meine

Feinde bedrängt, versklavt oder umgebracht habe oder aus Habgier gemordet und missbraucht oder aus Wollust vergewaltigt habe. Das weiß ich nicht. Es rechtfertigt auch keine Handlung, die all dem zuwider läuft, an das ich jetzt glaube und was ich für mich und auch für alle anderen erstrebe: Frieden, Harmonie, Ausgleich und Liebe. Es lässt mich nur vorsichtiger werden in meinem Urteil über andere und in meinem Verständnis vom Lauf der Dinge und der Welt. Und das ist vielleicht wichtig.

Etwas weiteres spielt hier noch herein: das Bild vom Gleichgewicht in der Welt. Dem widme ich mich im nächsten Kapitel.

## 6. Warum mir Gott nicht hilft – das Gleichgewicht der Gegensätze

In meinem Buch „Ändere Dich und Du änderst die Welt“ hatte ich geschrieben:

„Krieg und Frieden sind eigentlich dasselbe. Sie unterscheiden sich nur in einem Mehr und einem Weniger von Etwas. Dieses Etwas ist es, was wir finden müssen. Vielleicht ist es die „Gewalt“, vielleicht etwas anderes.

Der Krieg ist dann ganz viel Gewalt und der Frieden ist die Abwesenheit von Gewalt, also ganz wenig davon.

Ähnlich verhält es sich mit anderen Gegensatzpaaren: Ich bin sanft oder zornig - das ist nur eine Spur neben Krieg und Frieden, aber es ist eine Energie: die Aggression. Wenn ich sanft bin, habe ich wenig Aggression, wenn ich zornig bin, habe ich viel Aggression. Es gibt viele Paare: Leben und Tod, gesund oder krank, zufrieden oder unzufrieden, reich oder arm, schön oder hässlich usw.

Alle diese Paare sind in Wahrheit nur ein Mehr oder Weniger von der Eigenschaft, die beide miteinander verbindet. Und dieses Mehr oder Weniger bezieht sich immer auf etwas mehr oder weniger an Energie, die wir da hinein geben.

Wir steuern das also.“

Ich hatte seinerzeit ein „Aha-Erlebnis“ mit dieser Erkenntnis, dass sich die Gegensätze in ihrer gemeinsamen Eigenschaft vereinen. Es war meine eigene Erkenntnis – auch wenn sie andere schon genauso gemacht hatten, worin ich später eine Bestätigung finden konnte (z.B. spricht OSHO von einer größeren oder geringeren Dichte bei den Gegensätzen).

Ich hatte diese Erkenntnis aus mir hervor gebracht und sie schien und scheint richtig zu sein.

Wie dem auch sei – scheint es die Möglichkeit zu geben, dass sich hinter dieser Erkenntnis sehr viel mehr verbirgt, als vordergründig zu sehen ist.

Dabei ist der Umstand, dass die Gegensätze in der Tiefe gar keine Gegensätze sind, schon ein ziemlich harter Brocken – zumindest, weil damit der Gegensatz von „gut“ und „böse“ aufgehoben wird. Und wir müssen uns hüten, hier keine Wertung einfließen zu lassen. Denn natürlich wollen wir werten und das Schlechte verdammen und das Gute willkommen heißen. Aber ohne Wertung scheint es eben nur ein Mehr oder Weniger vom selben zu sein, nur eine größere oder geringere Dichte zu haben.

Ich habe dabei immer das Bild einer Wippe vor meinen Augen, auf der die Gegensätze an den Enden der Wippe sitzen und es darauf ankommt, das Gleichgewicht in der Mitte zu finden.

Wenn meine Erkenntnisse bis dahin richtig sind, dann ist die nächste Frage: Heißt das, dass sich die Gegensätze gegenseitig bedingen? Dass es Frieden ohne Krieg nicht geben kann, gut nicht ohne böse, Leben nicht ohne Tod? Heißt das, dass es immer schon das Gegenteil geben muss, wenn man das eine erreichen will?

Wäre dann nicht jedes Bemühen, jede Anstrengung, jeder Kampf für das Gute, Bessere, Schöne und Gerechte vergeblich, weil es nur immer mit dem Gegenteil geht?

Jetzt, finde ich, wird es schwierig.

Und ich fürchte, dass ich auch keine wirklich zufrieden stellende Antwort geben kann. Aber wir müssen uns klar machen, dass es erst einmal darum geht, die Energien und ihre Wirkungsweisen in dieser Welt zu erkennen, ohne gleich zu urteilen und das Kind mit dem Bade auszuschütten. Denn natürlich geht es nicht darum, aus böse gut zu machen, Täter und Opfer und ihre Taten gleich zu stellen und jedes Bemühen um eine bessere Welt von vornherein als zum Scheitern verurteilt anzusehen.

Vielleicht nähern wir uns dem Thema am besten, indem wir in uns selbst hineinschauen. Da finden wir positive und negative Eigenschaften in uns nebeneinander. Auch wenn wir häufig unsere Vorsätze nicht verwirklichen, hindert uns das aber nicht, immer wieder von vorn anzusetzen und nach Besserung zu streben. Auf keinen Fall werfen wir die Flinte ins Korn und sagen: „Es ist sinnlos – am besten lasse ich es gleich ganz sein.“ Wir geben uns nicht auf (Grenz-Situationen und Suizid-Gedanken einmal außen vor gelassen).

Wir sind immer bemüht, uns auszugleichen und mit unseren inneren Gegensätzen und unseren Zerissenheiten zu leben.

Warum sollte es im Außen anders zugehen als in unserem Inneren?

Es scheint so, dass sich die Gegensätze in der Welt bedingen und dass es eine Tendenz (oder ein Gesetz) gibt, alles im Gleichgewicht zu halten.

Je fanatischer etwas in der Welt verfolgt wird, desto fanatischer ist die Gegenreaktion desto größer ist die Empörung auf der anderen Seite.

Dazu passt, was ich irgendwo in Zingdads Aufstiegsschriften gelesen habe, wo ihm sein geistiger Begleiter und Ratgeber sinngemäß sagt: „freue Dich, dass Du ein so lichtvolles und innerlich reiches Leben leben kannst, dann musst Du nicht den gegenteiligen Part auf dieser Welt leben.“

Und ergänzen lässt sich: „Und habe Mitgefühl mit dem, der diesen anderen Part auf der Welt lebt, ohne den Du Deinen Ausdruck Deines Lebens gar nicht so führen könntest.“

Da schwingt also etwas von Ausgleich und Mitgefühl mit herein.

Wenn also alles richtig erkannt worden ist, dann sollte gelten:

1. Gegensätze haben etwas Gleiches als Grundlage
2. Gegensätze streben danach, im Gleichgewicht zu sein

Gott würde da nicht hereinpfeifen wollen und dieses labile Gleichgewicht durch Eingriffe von außen in eine Schiefelage bringen. Denn jeder Eingriff könnte unabsehbare Konsequenzen nach sich ziehen. Ein weiterer Grund, warum Gott nicht in dieser Weise (also durch Eingriffe) hilft.

Wir hingegen sind diejenigen, die das alles in Schwung halten mit unseren Gedanken, mit unseren Gefühlen und Emotionen und mit unseren Glaubenssätzen.

Wenn die Welt so ist, wie ich sie gerade skizziere, dann tun wir gut daran, uns mit unseren Urteilen zurück zu halten und eher auf Mäßigung als auf forsche Maßnahmen zu drängen.

Es ist nie gut, wenn man mit der Tat auch den Täter verurteilt und ihm/ihr kein Recht auf Leben zubilligt.

Wer von uns würde gerne mit Tätern tauschen, wer würde gerne in ihrer Haut stecken?

Was hat sie dazu gebracht, so zu werden und zu sein, wie sie sind und Taten zu begehen, die viele von uns als verabscheuungswürdig ansehen? Was ist in ihrem Inneren an Prozessen abgelaufen, an Ängsten, Unsicherheiten, Zurückweisung, Zerissenheit und Verzweiflung? Und was haben sie aufgrund von Verstrickungen aus ihren Familiensystemen bereits mitgebracht an Härte, Versagen und Versagensängsten, Erfolgskonditionierung, Skrupel- und Gefühlslosigkeit oder was für Glaubenssätzen und Strukturen auch immer?

Die Taten sind verabscheuungswürdig. Sind es die Täter auch?

Schwierige Fragen. Aber wenn alles auf Ausgleich hinausläuft, dann ist es von Bedeutung, einer Tat nicht mit gleicher Intensität zu begegnen.

So ähnlich wie Bert Hellinger es bei Konflikten zwischen Paaren (sinngemäss) empfiehlt:

- gib dem Partner die Emotion zurück, die er Dir gibt, aber bei Aggression und Enttäuschung gib immer etwas weniger zurück und etwas mehr an Liebe mit dabei.

Aufstieg und Veränderung der Welt zum Besseren scheint nur diesen Weg gehen zu können: den Weg des Ausgleichs, der Mäßigung und des Mitfühls.

Alle Hau-drauf-Maßnahmen und Sofort-Lösungen scheinen das Rad nur weiter in Schwung zu bringen, als es zu beruhigen. Wenn wir also Verbesserungen und Änderungen wünschen, müssen wir darauf achten, dass sie mit Augenmass und mit der Beteiligung auch derer erfolgen, die wir nicht in unser Herz geschlossen haben.

Das macht uns hoffentlich nicht handlungsunfähig, aber vielleicht ein wenig weiser in unseren Reaktionen?

Ich möchte auf keinen Fall einer Verniedlichung von schlimmen Taten und verabscheuungswürdigen Orientierungen das Wort reden. Das liegt mir wirklich völlig fern und ich rege mich über vieles, was in der Welt geschieht und mir auch aus persönlichen Berichten zu Ohren kommt, genauso auf, wie jede/r andere auch. Aber irgendwie scheint es so zu sein, dass wir alle auf unseren Platz gestellt sind. Der eine hier, der andere dort. So ähnlich, wie es in der Psychologie von Alfred Adler anklingt: das Bild, wo wir Menschen uns auf einer horizontalen Platte alle nach vorne bewegen (hin zum Licht), wo jede/r auf einer anderen Position steht und niemand von sich behaupten kann, dass seine Position besser sei als die eines anderen. Sie ist nur anders, mehr nicht. Und das gibt niemanden das Recht, den Stab über einen anderen zu brechen.

Regeln werden deshalb in Gesellschaften nicht überflüssig. Erziehung auch nicht. Das muss sein, um sich in Gemeinschaften einzufügen und damit sich Gemeinschaften und Individuen entwickeln können.

Es ist nur so: wenn eine/r meint, im Brustton der Überzeugung eine moralische Verurteilung aussprechen zu können oder auch nur eine Weltsicht als allgemeinverbindlich erklären zu müssen und zu dürfen, dann werde ich da ganz vorsichtig und halte es für besser, sich selbst zurückzunehmen und sich selbst zu überprüfen. Vergleichbar dem, wie Du am besten mit jedem (ungerechtfertigten) Vorwurf umgehst, indem Du nicht gleich in die Entrüstung gehst, sondern Dich fragst: „Ist etwas dran?“

Ich möchte bei diesem schwierigen Kapitel für mich festhalten:

Zwischen Dir und mir, zwischen allem Unterschiedlichen und Gegensätzlichen in der Welt scheint es immer etwas Verbindendes zu geben und es könnte eine Gesetzmäßigkeit geben, die die Tendenz hat, alles in ein Gleichgewicht zu bringen. Wir sind dabei massiv beteiligt und tun gut daran, uns selbst immer in diese Richtung mit zu bewegen und den Ausgleich im Inneren mit zu betreiben und zu tragen, damit er auch im Äußeren immer wirksamer zur Realität werden kann.

## 7. Wir leben im Opfer-Bewusstsein

Zum Verständnis dieses und der nachfolgenden Kapitel möchte ich die Hauptthese, um die sich alles dreht, einmal (mehr oder weniger unerklärt) voran stellen. Ich finde es besser, wenn man von Anfang an weiß, worum es geht und worauf alles hinausläuft, auch wenn es sich erst im Buch entwickeln soll.

Die These ist:

„Wir leben abwechselnd im Opfer-Modus oder im Täter-Modus oder im Retter-Modus, manchmal besonders in einer dieser Seinsformen, häufig aber in einer Mischung aus allen drei Formen. Darüber sind sich die meisten von uns nicht im klaren. Noch weniger bewusst ist, dass wir (besonders, wenn wir in den Retter-Modus wechseln) uns immer noch in dieser Art Teufelskreis bewegen, ohne wirklich auszusteigen, ohne wirklich aufzusteigen.

Nur wenn es uns gelingt, in den Schöpfer-Modus zu wechseln und ihn mehr und mehr zu leben, können wir uns aus dem Teufelskreis befreien.“

Und jetzt wollen wir uns erst einmal den Opfer-Modus ansehen:

„Meine Tochter liegt den ganzen Tag im Bett, bemüht sich nicht um ihre Ausbildung, daddelt mit ihrem Smartphone herum und mein Mann unterstützt mich nicht.“

„In der Firma werde ich gemobbt. Meine Arbeit wird nicht zur Kenntnis genommen oder lächelnd abgetan und die Kollegen nehmen mich nicht für voll.“

„Meine Frau keift nur herum. Es gibt praktisch nichts, was ich ihr recht machen kann. Wenn sie ein wenig verständnisvoller wäre, könnte das Leben viel schöner sein.“

„Mein Mann versteht mich nicht. Er hört nie richtig zu und macht, was er für wichtig hält. Auf mich nimmt er keine Rücksicht.“

„Seit Jahren bin ich krank und sieche dahin. Wenn mir doch nur geholfen werden könnte“

Die Zustände, die hier beschrieben werden, lauten so oder so ähnlich und sind zum Teil katastrophal. Es gibt Schilderungen, die weit, weit schlimmer ausfallen, als die genannten Beispiele.

Wer sie hört, hat mit dem, der die Situationen erlebt bzw. erleidet oft sofort Mitgefühl und will häufig helfen. Es muss sich meistens dringend etwas ändern. Aber was?

Allen Äußerungen gemeinsam ist, dass sie aus einer Position des Opfers heraus geschildert werden.

Selbst dann, wenn eine eigene Beteiligung eingeräumt wird, ist es doch meistens so, dass den anderen ein größerer Anteil zugeschoben wird und der/die Andere sich ändern soll, damit es besser wird.

Die Betroffenen sehen sich selbst als Opfer und als Leidende in der Situation. Als Zuhörer oder Zuschauer kann man ihnen recht geben. Aber ändern wird das nichts. Und die Veränderung ist ja schließlich das Ziel, um das es geht.

Der/die Betroffene hat das Bedürfnis, sich auszusprechen, ein wenig zu klagen und Zuspruch zu bekommen. Es bilden sich sogenannte Opfergruppen. Die besten Freundinnen und Freunde werden einbezogen und Mitgefühl, Zustimmung und Unterstützung werden erwartet. Der Zuspruch kommt auch häufig, untermalt durch die Schilderung eigener ähnlicher Opferrollen. Wir alle bilden dann Opfergruppen, die sich gegenseitig bestätigen und Halt geben.

Opfergruppen signalisieren uns, dass wir mit unserer Einschätzung der Situation richtig liegen und nicht alleine sind. Wir werden in unserer Sichtweise bestätigt und bestärkt. Alle bestärken sich gegenseitig in einer Einschätzung und Sichtweise, die alle teilen, die aber nicht richtig sein muss.

Wir sind nicht nur dabei, unsere Dramen zu kreieren, wir kreieren auch Dramengruppen, letztlich um im Drama zu bleiben.

In der Dualität, in der wir hier leben, brauchen wir die Dramen und tun alles dafür, sie auszuleben und zu durchleben.

Aber ändern tut sich dann gar nichts.

Anmerkung: das klingt jetzt so, als würde ich negativ über Opfergruppen und Dramagruppen urteilen. Dem ist nicht so. Wir brauchen sie und häufig sind sie sehr hilfreich für uns, um schwierige Situationen zu überstehen. Aber sie halten uns dabei auch in unserer Überzeugung fest, Opfer zu sein bzw. in unserer Sicht auf die Dinge. Das ist sozusagen der Preis, den wir für die Unterstützung zahlen, die wir aus solchen Gruppen bekommen.

Klar ist aber: ich muss/will aus meiner Opferrolle heraus kommen.

Das beginnt damit, dass ich akzeptiere, einen Anteil an der Situation zu haben, dass ich, ob ich will oder nicht, ein Schöpfer bin und etwas in mir dazu geführt hat, dass die Situation so ist, wie sie ist.

Alfred R. Stielau-Pallas sagt in seinem Buch „Die Macht der Dankbarkeit“: „Du bist kein Opfer, sondern Du bist der Herrscher in Deinem Universum, so wie jeder andere Mensch auch Herrscher in seinem Universum sein kann, wenn er dies will. Das, was Dich als Opfer erscheinen lässt, sind Deine alten Gedankenwesen, die Du Dir in Deiner Kindheit geschaffen hast und denen Du heute noch erlaubst, Dich ebenso zu beherrschen wie damals.“

Dabei müssen die Glaubenssätze nicht nur in der Kindheit erschaffen worden sein. Es gibt sie in unseren Familien – oft seit Generationen, in unseren Gesellschaften und Kulturen, manchmal seit Jahrtausenden. Aus der Kindheit sind es Anforderungen wie die, dass Du brav sein sollst, dass Du etwas nicht darfst „das man das nicht tut“ oder dass „Du schon sehen wirst, was passiert“ ...



Aber Du bist der Schöpfer/die Schöpferin. Du hast Anteile in allem. Und Du kannst es ändern.

Jetzt ist natürlich die Frage naheliegend: „Und wie kann ich das ändern?“

Die Antwort ist so komplex wie alles, was diesen gesamten Zusammenhang betrifft. - Wenn ich davon rede, dass etwas komplex ist, soll das nicht heißen, dass es schwierig ist.

Vergleiche das einmal mit dem Wunsch, Deine Ernährung umzustellen, mehr Sport zu treiben, abzunehmen oder mit dem Alkohol oder dem Rauchen aufzuhören. Das sind alles keine schwierigen Sachen – im Grunde ganz einfach, wenn man sich entschlossen hat, es zu tun. Aber wir alle wissen, dass die Erfüllung dieser Wünsche in der Regel etwas schwierig oder mühsam ist, auch wenn es im Grunde ganz einfach ist.

So ähnlich verhält es sich auch mit dem Ändern der Opferrolle.

In den Channelings von Zingdad hat ADAMU Anleitungen gegeben, wie Du in Deine Schöpferkraft kommen kannst. Er nennt das die „6 Heiligen Schritte“. Es geht um die folgenden Schritte:

1. ANNEHMEN
2. ZIEL SETZEN
3. VISUALISIEREN
4. HANDELN
5. EMOTIONEN
6. BEOBACHTEN

Diese Schritte werden ab Kapitel 13 erklärt. Sie brauchen Erläuterung und Übung. Sie sind im Übrigen (so ist mein Eindruck) gar nicht so weit von dem entfernt, was man in manchen Management-Kursen lernen und trainieren kann. Intuitiv wird mir auch ohne genaue Vorkenntnisse beim Lesen dieser Schritte klar, dass etwas ganz „Normales“ darin enthalten ist: Ich kann nichts erreichen im Leben, wenn ich nicht erst einmal den Vorsatz fasse und mir das Ziel setze und dann alles daran setze, dieses Ziel auch zu erreichen.

Das ist also einfach – und natürlich auch schwer. Aber nie unmöglich.

Mir ist bei mir selbst aufgefallen, dass ich – auch wenn ich schon viele Schritte gemacht habe in meiner Entwicklung und mich aus der Opferrolle heraus begeben habe, ich doch immer wieder ganz schnell im Alltag in die Opferrolle zurück falle.

Du musst Dir also nichts denken, wenn auch dir das immer wieder passiert. Es scheint normal zu sein und eine Änderung erfolgt langsam und nach und nach.

Vielleicht bist du ja auf einem Stand, bei dem Du Dir sicher bist, die Opferrolle schon abgelegt zu haben. Dann gratuliere ich Dir.

Bei mir taucht die Opferrolle immer wieder auf. Wie oft habe ich Gedanken in der Art, dass ich mich unwillkürlich frage, warum etwas immer mir passiert?

Z.B. wenn ich eine rote Ampel nach der anderen erwische (doofes Beispiel) oder wenn ich eine Sache, die schon erledigt zu sein scheint, zweimal oder dreimal machen muss, weil meine Kooperationspartner (Behörden, Lieferanten, Handwerker ...) einfach nicht mitbekommen haben, was ich gesagt oder geschrieben habe.

Ich erledige eine Sache und schon liegt sie mir wieder auf dem Schreibtisch. Z.B. bei „Mailadresse falsch“, „bitte keine Rückmail auf diese Nachricht (noreplay @...)“, „bitte senden Sie mir noch die und die Unterlagen zu“ (die schon übersandt worden sind) und und und.

Kennst Du das?

Oder ich habe in meiner Beziehung die Verantwortung abgegeben: „sie/er will das ja so – dann machen wir es eben“.

Und immer, wenn ich noch „schnell etwas erledigen“ will! Beim Einkauf z.B.: noch schnell die Butter besorgen (mehr nicht, ich habe es ja eilig) – und dann stehst Du in der Schlange an der Kasse, wo es am längsten dauert und wo die Kassiererin zwischendurch noch die Rolle wechseln muss und direkt dann, wenn du dran bist, noch jemand von der Seite mit einem falsch eingetippten Bon kommt und den reklamiert.

Kennst Du das?

Was denkst Du dann? „Immer Ich!!!“ „Wieso passiert das immer bei mir????“ „Muss das gerade jetzt sein????“

Ich denke, dass ich in solchen und zahllosen anderen Fällen ganz automatisch nicht in der Schöpferrolle bin, sondern in der Opferrolle.

Wenn ich nur darauf schaue, was ich in solchen Augenblicken denke und empfinde, dann muss ich zugeben, dass ich bestimmt nicht der Master der Situation bin.

Ich bin nicht gelassen. Ich bin nicht zuversichtlich optimistisch. Ich habe dann nicht das Gefühl, dass sich gerade jetzt alles zu meinem Besten entwickelt.

Eher bin ich genervt, adrenalin-gesteuert, manchmal auch apathisch („sie/er will das ja so“) oder getroffen und zurückgesetzt. Aber bestimmt eben nicht in meiner vollen zuversichtlichen und positiven Energie. Das Glas ist dann eher halb leer als halb voll.

Soll ich mich dann selbst geißeln oder mir Vorwürfe machen und mich am Riemen reißen, wenn mir diese Erlebnisse passieren?

Sicher nicht! Selbstvorwürfe oder Selbstzweifel sind nicht hilfreich.

Es geht eher darum, wahrzunehmen, dass ich mir einen Spiegel vorhalte(n lasse), in dem ich mich selbst erkennen kann. Vielleicht kann ich dann umschalten und eher

wahrnehmen (vielleicht sogar ein wenig amüsiert), was gerade geschieht – und sehen, dass ich dann nicht zentriert bin.

Manche Lehrer oder selbsternannte oder dazu gemachte Gurus neigen dann dazu, sich selbst vorzumachen, dass sie immer in sich selbst ruhen. Ich glaube, dass viele sich dann etwas vormachen und den Wunsch im Kopf und die daraus abgeleitete Selbstdisziplin verwechseln mit der echten, tief im Herzen gespürten Gelassenheit.

Um die gefühlte Gelassenheit im Herzen geht es aber.

Solange Du merkst, dass Du noch nicht so bist, wie Du es Dir wünschst, hast Du eben noch etwas zu tun und ist noch Entwicklung da.

Das ist nicht schlecht. Das ist doch schön. Da bist Du noch ein wenig unterwegs und es darf sich noch etwas entfalten.

Es ist doch nicht alles schlecht und schäbig in der Dualität. Ganz im Gegenteil scheint es so zu sein, dass manche aufgestiegenen Meister/innen sehr wohl die Gefühle hoch schätzen, die es in der Dualität (und nur da in dieser Intensität) gibt: z.B.

- zum 1. Mal bis über beide Ohren verliebt sein,
- ein köstlichen Mahl richtig genießen,
- etwas entdecken, bei dem man es wie ein Wunder erlebt.

Also kannst Du Dich getrost zurück lehnen und auf Dich und die Situation schauen, in der Du bist, und dann entscheiden, wohin Du weiter gehen willst.

Und bitte nimm auch eine zutiefst ernste Situation nicht zu ernst. Es ist immer nur eine Möglichkeit von vielen.

Etwas bin ich fast geneigt, davon auszunehmen: Schmerzen. Schmerzen finde ich nicht schön. Ich habe sie nicht gerne. Aber auch da glaube ich, dass sie eigentlich vermeidbar sein müssten und zumindest, wenn ich das nicht anders kann, dann doch abgemildert werden können – durch Training, Atmen, Selbstsuggestion und natürlich auch durch Schmerzmittel oder durch geistige Heilung. Also bleibt sogar da der Appell: nimm es nicht zu ernst und mache Dich auf den Weg von der Opferrolle in die Schöpferrolle.

## 8. Glaubenssätze halten wir fest

Die meisten Religionen glauben an ein Schöpferwesen, dass die Welt und alles in ihr geschaffen hat. Die einen nennen dieses Wesen Gott, die anderen Allah, Jehova, Brahma, Vishnu, Shiva, Zarathustra, Jupiter, Zeus usw.

Dabei gehen die meisten Religionen auch davon aus, dass es eine Trennung zwischen dem Schöpferwesen und dem Menschen gibt (was ja unserer Definition der Dualität entspricht - auch wenn es eine Illusion ist).

Auch wenn die Religionen versuchen, diese Trennung durch Gebet oder Kontemplation zu überwinden und zu einem Gespräch mit dem Schöpferwesen zu kommen, wird zugleich die Vorstellung eines von mir getrennten Ursprungs, Gottes, und Schöpferwesens häufig damit verfestigt. Die Trennung wird nicht überwunden und aufgehoben, sondern zementiert.

Ich bin hier und Gott ist woanders und ich kann mich nur demütig bittend im Gebet an ihn wenden.

Innerhalb der Religionen gibt es fließende Übergänge zu anderen Auffassungen und Strömungen wie z.B. esoterischen Strömungen (auch im Christentum). Diese suchen die Einheit mit Gott mit Hilfe von meditativen Praktiken und Evidenzerlebnissen. Hier nähern wir uns den Auffassungen, die ich für richtiger halte.

Natürlich gibt es andere Auffassungen, wie Nihilisten, Anarchisten, Marxisten und viele mehr.

Bei Marx steht z.B. im Vordergrund, dass alle Religionen dem Volk wie ein Opium etwas vorgaukeln, was so nicht ist. Für Marx ist es das SEIN, das das Bewusstsein prägt. Für ihn sind es also die Lebensumstände, die raue Lebenswirklichkeit, die unsere Auffassungen, Gedanken und Gefühle beeinflussen.

Damit hat Marx natürlich recht. Es gibt diese Einflüsse in unserem Leben. Aber seine Schlussfolgerung halte ich für falsch.

Er begründete den Materialismus im Gegensatz zum Idealismus und hielt den wirkenden Einfluss eines (göttlichen) Geistes auf die Materie und alles Leben für falsch.

Ich denke, dass das ein Kernpunkt ist, der sich anders verhält, als Marx es gesehen hat.

Entweder glaubst Du, dass Du ein Mensch bist, in dem ein Geist (ein Bewusstsein) ist (Marx) oder Du glaubst, dass Du ein Geist (ein Bewusstsein) bist, das sich in einer körperlichen Form als Mensch manifestiert.

Das ist ein großer Unterschied.

Was wäre, wenn nicht Marx, sondern die andere Auffassung richtig (oder richtiger) wäre?

Was wäre, wenn erst der Geist ist und dann die Materie?

Erst hast Du eine Idee (z.B. eine Erfindung), und dann sorgst Du dafür, dass sie in die Tat umgesetzt wird und realisiert wird.

Gut, so simpel ist es bei Marx nicht gemeint. Das täte ihm unrecht.

Aber was ist, wenn wir alle nicht nur von Gott getrennte Teile wären, sondern eigentlich Gott selbst, mächtige Schöpferwesen, die nur vergessen haben, dass sie es sind?

Was wäre, wenn wir alle durch unsere Gedanken, Gefühle, Emotionen und Ängste unsere Welt so erschaffen würden, wie sie ist? Wenn also Gedanken, Gefühle, Emotionen und Ängste mächtige Schöpfer-Werkzeuge wären?

Wenn wir unsere Gefühle und Gedanken und unsere Ängste anschauen, dann stellen wir fest, dass sie oft sehr chaotisch quasi über uns herkommen oder in uns sind. Sie führen fast ein Eigenleben in uns.

Angenommen, wir wären so mächtige aber unbewusste Schöpferwesen wie ich es gerade angedacht habe, was würden wir dann wohl erschaffen?

Ein Chaos. Genauso, wie die Welt ist.

Könnten wir das ändern? Könnten wir unsere Gedanken, Gefühle und Ängste bewusster ordnen und steuern? Könnten wir damit eine andere Welt schaffen?

Die Antwort ist: ja!

Das ist keine Sache von jetzt auf gleich. Aber jede/r kann die Erfahrung machen, dass er/sie, sobald Du beginnst, Deine Gefühle und Gedanken bewusster zu ordnen und zu orientieren, sie zu fokussieren und auf Ziele auszurichten, dies dann eine Resonanz in der Welt hat. Du wirst dann feststellen, dass sich Dinge anders und besser für Dich fügen. Damit hebst Du nicht gleich die Welt aus den Angeln, aber Deine private Welt darf sich schon sehr ändern. Du beginnst mit kleinen Mini-Schritten und brauchst auch einen langen Atem, aber mit der Zeit kannst Du feststellen, dass sich Dinge ändern.

Nun gibt es einige Saboteure in diesem Prozess. Saboteure, die unsere Welt in der Starre verharren lassen. Das sind unsere Glaubenssätze, die wir tief in uns verankert haben und die durch beständige Wiederholung unsere Wirklichkeit formen und damit unsere Erfahrungen herbeiführen, die wir dann wieder als Beweis für ihre Richtigkeit nehmen. Es gibt viele solcher Glaubenssätze und es ist gut, wenn Du sie bei Dir aufspürst und ihnen ihre Wirksamkeit nimmst.

Einer meiner Lieblingssätze lautet: „Ohne Fleiß kein Preis!“

Kennst Du den? Stimmt er oder stimmt er nicht für Dich?

In meinem Leben bin ich immer sehr zielstrebig gewesen und habe keine Mühen gescheut, war diszipliniert und erfolgsorientiert. Ich konnte aus voller Überzeugung immer sagen: ja, der Satz stimmt!

Was wäre, wenn dieser Satz gar nicht stimmt, sondern nur ein „Aberglaube“ ist, der meine Wirklichkeit mit bestimmt?

Was wäre, wenn ich gar keine so große Anstrengung immer machen müsste, um etwas zu bekommen, was ich gerne haben möchte?

Dann greift sofort ein anderer Glaubenssatz und der lautet:

„Das hast Du nicht verdient.“

Beide Sätze sorgen dafür, dass ich die Grundüberzeugung habe, dass mir nur etwas zusteht, wenn ich dafür auch genug geschuftet, gearbeitet oder gelitten habe.

Bin ich damit ein freies Schöpferwesen?

Ganz bestimmt nicht. Ich halte mich in einer Opferrolle.

Die Sache geht so weit, dass ich, nachdem ich mich ein Leben lang von diesen Glaubenssätzen habe leiten lassen, enorme Schwierigkeiten habe, etwas von anderen Menschen anzunehmen.

Ich kann bereitwillig geben, helfen und unterstützen.

Aber mir selbst helfen lassen, die Hilfe von anderen annehmen oder sogar darum bitten, wenn es nicht mehr anders geht, das fällt mir enorm schwer.

Ich rede hier nur von mir. Du hast vielleicht andere Erfahrungen, andere Glaubenssätze, die bei Dir wirksam sind.

Ich möchte mit diesem – oder auch einem anderen – Beispiel, nur zeigen, wie ein oder mehrere Glaubenssätze meine Freiheit begrenzen, mich frei zu bewegen, mich frei zu entwickeln und in meine Schöpferkraft zu kommen.

Diese Sätze wirken zum Teil seit tausenden von Jahren – in den Familien, - in den Gesellschaften, - in den Kulturen.

Es gibt in meiner Familie eine starke Bindung daran, dass man nicht versagen darf. Warum auch immer.

Oder eine Bindung an die Familie – man trennt sich nicht von seiner Frau oder seinem Mann.

Viele dieser Glaubenssätze tragen auch den uralten Kampf zwischen dem weiblichen und dem Männlichen in sich:

„Mein Mann versteht mich nicht“

„Meine Frau versteht mich nicht“

„Frauen bevormunden mich“

„Mit Frauen baut man keine Geschäfte auf“

„Männer hören nicht zu“

„Ich habe nicht einen Mann und zwei Kinder – ich habe drei Kinder“

„Das tut man nicht“

Oder:

„Ich kann machen, was ich will, am Ende geht es doch schief“

„Immer trifft es mich“

„Die da oben machen eh, was sie wollen“

„Die da oben, wir hier unten“

„Träum weiter von einer friedlichen Welt“

„Ich bin hier ganz allein“

Such Dir aus, welcher Satz für Dich eine Resonanz hat oder füge Sätze hinzu, bei denen Du merkst, dass sie Dich beeinflussen.

Du kannst mit jedem Glaubenssatz, den Du gefunden hast, der für Dich wirksam ist reden, wenn Du ihn verändern willst.

Stelle Dir den Glaubenssatz wie eine Person vor, mit der Du sprichst. Bei Familienaufstellungen machen wir das genauso.

Überlege, wobei Dir dieser Satz bisher geholfen hat und sag es ihm und danke ihm

dafür, dass er Dich so lange begleitet und geleitet hat. (Jeder dieser Sätze hat immer einen positiven Kern in sich, den es zu würdigen gilt).

Erst dann kannst Du dem Satz sagen, dass Du jetzt eine andere Richtung einschlagen möchtest und mehr Deine Freiheit in die eine oder andere Richtung leben möchtest und ihn bitten, Dich darin zu unterstützen.

Du kannst ihm sagen, dass Du dankbar jederzeit wieder auf ihn zukommst, wenn Du ihn wieder benötigst, aber für jetzt bittest Du um seinen Segen und seine Unterstützung für Deine andere Ausrichtung.

Dies ist nur eine Möglichkeit, damit umzugehen. Ich bin überzeugt, es gibt viele andere.

Eine andere begleitende oder ergänzende Variante ist die, dass Du Dir Deine Mutter und Deinen Vater vorstellst – stellvertretend für Deine Ahnen in väterlicher und mütterlicher Richtung bzw. für die männlichen und weiblichen Ahnen.

Du kannst dafür auch zwei Symbol-Gegenstände vor Dich hinstellen (vielleicht ein Auto für den Vater und eine Puppe für die Mutter oder was auch immer: Muscheln, Steine, Blumen ...)

Dann sagst Du laut den Glaubenssatz erst zur Mutter und dann zum Vater (geht auch in der Reihenfolge umgekehrt) so lange, bis Du das Gefühl hast, dass die Energie, mit der Du sprichst, schwächer wird. Du redest Dich sozusagen leer. Irgendwann wirst Du merken, dass sich der Satz nicht mehr sagen lässt und sich vielleicht sogar in sein Gegenteil verkehrt. Ob Du erst zur Mutter und dann zum Vater sprichst, hängt davon ab, bei wem Du diesen Glaubenssatz stärker verankert spürst.

Dies ist eine Methode, die Dir auch hilft, mit Vorwürfen umzugehen.

Wenn Du z.B. den Satz „Ich hasse Dich!“ so lange zu der symbolisch vertretenen Person sagst, auf die sich Dein Hass richtest, kannst du spüren, wie Deine Energie nach einer Zeit nachlässt und der Satz immer kraftloser wird und sich vielleicht dann verkehrt in „Ich liebe Dich“ – einfach, weil Hass ja aus enttäuschter Liebe entsteht. Dann hast du Dich leer gesprochen und Du bist freier.

Ich komme noch einmal zurück zur Bedeutung der Glaubenssätze.

Wenn wir alle glauben, dass wir ohnmächtig sind, dass wir in dieser Welt alleine nichts bewirken können, dass die Welt so ist und so bleibt, wie sie ist und dass wir keine Magier sind, dann ist doch die Wahrscheinlichkeit sehr hoch, dass dies alles wahr ist und wahr bleibt für uns. Die Welt ändert sich nicht.

Machen wir uns also auf zu anderen Glaubenssätzen – jede/r für sich und in seinem Lebensbereich. In dem Augenblick, in dem Du wahrnimmst, dass sich etwas ändert, hat Deine große Reise schon begonnen.

## 9. Wenn wir Täter sind

*„Was soll das? Ich bin kein Täter, ich bin das Gegenteil von einem Täter. Ich helfe anderen, ich bin sozial verantwortlich und engagiert. Ich bin ganz bestimmt kein Täter!“*

Das mag mancher von uns denken oder sagen, wenn er mit der Frage konfrontiert wird, ob er/sie ein Täter/eine Täterin ist.

Ich glaube, dass wir alle Täter/Täterinnen sind.  
Wir unterscheiden uns aber in der Intensität unserer Taten.

Was ist positiv daran, ein Täter/eine Täterin zu sein?  
Zunächst einmal ist das Tun, also die aktive Energie, die wir nutzen, wenn wir etwas in die Tat umsetzen, eine positive Energie, die wir dringend gebrauchen, um in dieser Welt zu überleben.

Wir brauchen diese Energie, um uns auszudrücken und um unsere geistige Energie in ein materielles Resultat umzuwandeln. Das ist ausgesprochen positiv, wenn man es bewerten will. Etwas Tun, etwas Machen ist sehr befriedigend für uns.

Wir haben normalerweise nicht nur zum Täter, sondern auch zur Macht ein gebrochenes Verhältnis, weil wir sofort Mächtige und damit Bedrohung oder Missbrauch assoziieren.

Aber Machen und Tun sind erst einmal sehr positive menschliche Aspekte.

Jede Handlung, die wir vornehmen setzt diese aktive Energie voraus. Sobald wir diese Energie in Anspruch nehmen und uns in Bewegung setzen und etwas in die Tat umsetzen, bewegen wir uns nicht in der Opfer-Energie, sondern in der Täter-Energie oder in der Schöpfer-Energie (auf den Unterschied komme ich noch zu sprechen).

Im alltäglichen Benutzen dieser Energie kommt es häufig und auch leicht vor, dass wir beim Machen oder Tun etwas übersehen.

Wir machen dann etwas, aber wir machen es falsch und kommen nicht zu dem gewünschten Ergebnis. Wenn das passiert, setzen wir noch einmal an und vielleicht noch mehrere Male, bis wir es richtig machen.

Manchmal übersehen wir etwas, nicht in diesem Sinn, dass wir es falsch machen und es nicht funktioniert, sondern in dem Sinn, dass wir nicht alles bedacht und berücksichtigt haben wie z.B. die Wirkung auf andere.

Wir bauen z.B. mit unserem Lebenspartner ein Haus und stecken unsere gesamte Energie in diesen Hausbau. Aber irgendwie, beinahe unmerklich zerrinnt dabei etwas in unserer Partnerschaft. Das Haus soll das Symbol, die äußere Hülle und das künftige Zentrum unserer Partnerschaft werden, aber wenn wir fertig sind, ist auch unsere Partnerschaft fertig und zu Ende. Sie ist auf der Strecke geblieben, indem wir nur noch an das Haus und nicht mehr an uns gedacht haben und uns aus den Augen und aus dem Gefühl verloren haben.

Das passiert Dir nicht? Dann freue Dich. Die Scheidungsprozesse sind voll von solchen Geschichten.



Das Beispiel ist drastisch. Aber es geschieht so schnell, dass wir im besten Glauben unachtsam werden und mehr kaputt machen als wir in bester Absicht gut machen wollten.

Auch zu große Fürsorge kann einen negativen Beigeschmack bekommen, wenn der, auf den die Fürsorge ausgerichtet ist, anfängt, sich eingeengt, begrenzt und bevormundet zu fühlen.

Wenn der, um den wir uns so fürsorglich und aufopfernd kümmern, dann anfängt, böse zu werden, verstehen wir die Welt nicht mehr. Das passiert oft genug.

Eltern, die sich zu sehr um ihre Kinder kümmern wollen, nennen wir „Helikopter-Eltern“. Sie kreisen ständig um und über ihren Kindern, wollen sie beschützen und vor allem und jedem bewahren und begrenzen deren eigene Erfahrungen und deren Möglichkeit, selbständig zu werden.

Die Beispiele zeigen, dass wir unser Tun und Handeln zwar in bester Absicht ausrichten und beginnen, trotzdem aber einen meist unbeabsichtigten und unbedachten Schaden anrichten können. Dann werden wir zu Tätern.

Wir kennen also die Täter-Energie (und wir kennen auch die Opfer-Energie – wie in den vorangegangenen 2 Kapiteln gezeigt).

Aber wenden wir uns jetzt einmal dem zu, was wir langläufig unter Tätern und Opfern verstehen, also den vermeintlich „eigentlichen“ Tätern.

Wir reden von Tätern, wenn sie etwas Böses getan haben. Besonders bei Verbrechern, Mördern und Kriminellen.

Ich habe schon öfter darauf hingewiesen, dass ich die Unterteilung in „Gut“ und „Böse“ für problematisch und verkehrt halte.

Das Bewerten, Urteilen und Verurteilen hindert uns daran, den Weg in unsere Mitte zu finden, den Weg zur Liebe.

Urteilen ist ein Klassifizieren in besser und schlechter. Ein Vergleichen und Bewerten.

Wir sind aber lichtvolle Wesen. Es gibt nichts, zu vergleichen. Es gibt nur ein SEIN. In möglichst vielen unterschiedlichen Ausdrucksformen.

Trotzdem sehe und verstehe ich, dass wir in unserer Gesellschaft auf dieser Ebene unseres Seins, die Unterscheidung in „Gut“ und „Böse“ nutzen, um nicht allen Tätern, die andere Mitmenschen in unseren Gesellschaften missbrauchen, vergewaltigen, oder unterdrücken Tür und Tor zu öffnen.

Ich bin weit davon entfernt, grauenvolle Verbrechen und Taten schön zu reden. Das ist nicht meine Sichtweise und wird es nie sein.

Aber bei der Verurteilung von Tätern ohne ein Bemühen um Verständnis für das, was sie dazu gebracht hat, werde ich zurückhaltend und vorsichtig.

Schauen wir uns mehrere Beispiele schrecklicher Taten und Täter einmal an:

Bei grauenvollen Taten und beim Stichwort „Täter und Opfer“ fallen mir sofort die Verbrechen der Nazis in deren Konzentrationslagern ein. Die Verbrechen sind grauenvoll, die Zustände in den KZs waren verheerend und in jeder Weise menschenverachtend. Besonders die sogenannten Vernichtungslager unter den KZs waren unbeschreiblich, verachtend und menschenunwürdig.

Ich habe einige Zeit in einer Initiative in Bergen-Belsen mitgearbeitet und mitgewirkt. Wir haben uns darum bemüht, das Geschehene nicht ins Vergessen geraten zu lassen und daraus Lehren zu ziehen. Es war uns ein Anliegen, die noch vorhandenen Spuren sichtbar zu machen und sie nicht mit einer schön gestalteten Gedenkstätte zu übertünchen. Das war 1985 und die Initiative ist bis heute aktiv und hat einige Erfolge aufzuweisen. Wir haben auch mit vielen Opfern gesprochen und Opfer und Angehörigen u.a. in den USA aufgesucht. Wer wollte, konnte mit uns Führungen über das Gelände machen. Manchmal waren auch Opfergruppen dabei und einmal war es auch der Weltkirchenrat.

Mir ist bei dieser Tätigkeit früh aufgefallen, dass ich mich von der üblichen Sichtweise, die auf der einen Seite die Gruppe der Opfer sieht und auf der anderen Seite die geschlossene Gruppe der Täter, lösen musste. Die Sichtweise war in dieser Eindeutigkeit nicht richtig.

Unter den Tätern gab es (eher junge) Leute, die in eine Uniform gesteckt worden waren und einen Schießbefehl bekommen hatten und nun nicht wussten, was sie machen sollten und sich dem anpassten, was ihre Kameraden taten. Es gab sogar solche, die sich nach Kräften bemühten, den Inhaftierten zu helfen. Es gab ebenso natürlich diejenigen, die aus voller Überzeugung mordeten oder die einen sadistischen Trieb auslebten oder die, die ihre angeblich wissenschaftlichen Experimente an den Inhaftierten durchführten. Die Gruppe der Täter – so lernte ich – war nicht einheitlich.

Die Gruppe der Opfer war ebenfalls nicht einheitlich: es gab Kollaborateure, also solche, die willfährig der SS zu Diensten waren. Sogenannte Kapos bekamen ungeheure Macht innerhalb der Lagerbaracken, konnten mit Stockschlägen prügeln, konnten mit der Essenzuteilung über Tod und Leben entscheiden. (Die SS ernannte zunächst nur Mörder, Kriminelle und Berufsverbrecher zu Kapos, später aber auch andere aus den Opfergruppen). Es gab Widerständler, Gläubige, Hilflose, Kollaborateure, Diebe und Räuber.

Die Zahl der Berichte von Überlebenden ist seit ca 1980 sprunghaft angewachsen und man kann viel erfahren, wenn man bereit ist, sich damit auseinander zu setzen. Die Gruppe der Opfer war (wie ich lernte) ebenfalls nicht einheitlich.

Manchmal wurde es schwierig für mich. Ich erinnere mich, dass wir Kontakt zu einer Überlebenden von Bergen-Belsen hatten, bei der ich nicht wusste, ob sie nicht zu der Tätergruppe unter den Opfern gehört hatte oder nicht. Wie sollte ich - wie sollten wir mit ihr umgehen?

Ich konnte also erkennen: nicht alle Täter sind nur Täter und nicht alle Opfer sind nur Opfer. Was macht einen Täter aber zum Täter?

Ich fing an, mich anstelle der Opferberichte und den Gesprächen mit den Opfern immer mehr der Frage zuzuwenden, wer die Täter waren und was sie bewegt hatte, zu Tätern zu werden.

Unter den Tätern gab es z.B. das (eher ungebildete und unbedarfte) Mädchen vom Lande, das in einer Fabrik gearbeitet hatte und abgeworben worden war, um als „Gefängnisaufseherin“ in einem Konzentrationslager eine „verantwortungsvolle“ und „leichte“ Arbeit bei guter Bezahlung und guten Konditionen zu übernehmen und das sich dann zu einer schrecklichen Bestie entwickeln sollte. Sie hatte Ihre Macht entdeckt und sie hatte sie in einem sehr gewalttätigen Umfeld ausgelebt und

missbraucht.

Bei der Befassung mit den Tätern stieß ich auf einen Bericht über ein Polizeibataillon aus Hamburg, das dazu eingesetzt worden war, die von der Wehrmacht eroberten Gebiete im Osten „judenfrei“ zu machen, also die Juden zu erfassen, sie zusammen zu treiben und zu ermorden.

Darunter waren – wie es schien – ganz „normale“ Leute. Sie kamen aus einem eher sozialdemokratischen Umfeld und hatten womöglich versucht, dem Wehrdienst an der Front zu entkommen, indem sie sich zur Polizei gemeldet hatten. Dann wurden sie aber – wie die Rekruten in der Wehrmacht – in Kasernen zusammen gezogen und in die „eroberten“ Gebiete verschickt.

In einem Bericht in der FAZ (aktualisiert am 17.11.1999) heißt es dazu:

„Die Polizisten waren kaum drei Wochen in Polen, als sie ihren ersten Mordauftrag erhielten. Major Trapp sagte vor dem fast vollständig angetretenen Bataillon, "man stehe vor einer furchtbar unangenehmen Aufgabe, die Sache sei höchst bedauerlich, aber der Befehl komme von ganz oben". Um Fassung bemüht, mit den Tränen kämpfend, erklärte er, dass die jüdischen Bewohner von Józefów zusammenzutreiben, arbeitsfähige Männer auszusondern, Kranke, Alte, Frauen und Kinder aber zu erschießen seien. Wer sich diesem Auftrag nicht gewachsen fühle, könne sich melden. Zwölf von mehr als vierhundert traten zögernd vor. Sie wurden ebenso wie ein Reserveleutnant, der sich als einziger prinzipiell weigerte, jemals an Erschießungen Wehrloser beteiligt zu werden, anderweitig eingesetzt.“

Der Reserveleutnant weigerte sich fast bis zum Schluss. Er wurde als einer der wenigen nach dem Krieg in Polen zum Tode verurteilt.

Ich möchte hier nicht ausführlicher über diese Geschehnisse schreiben. Aber sie haben mich vor Jahren sehr betroffen. Auch habe ich später in einem Bericht von einem Onkel von mir gelesen, wie er den Beginn des 2. Weltkriegs erlebt hatte. Er war gerade eingezogen worden und sie waren zu einer „Übung“ aus der Garnison gefahren. Nach einer Weile merkten sie, dass sie die Ortsnamen nicht mehr lesen konnten. Da wurde ihnen klar, dass sie sich im Ausland und im Krieg befanden.

Ich will diese Beispiele nicht verallgemeinern. Es gibt andere Beispiele. Aber bei mir führten sie zu der Frage, wie ich mich wohl verhalten hätte. Ich konnte es nicht mehr mit Gewissheit sagen. Ich stellte mir vor, dass ich im sogenannten „Feindesland“ unterwegs gewesen wäre als Angehöriger einer Gruppe von gewaltbereiten Eroberern, unter die ich „zufällig“ geraten war. Ich hätte zwar die Möglichkeit gehabt, mich von den Erschießungen fern zu halten, aber ich hätte mich nicht in die nächste Kneipe verdrücken können, um mit Polen ein Bier zu trinken und ihnen meine Ungefährlichkeit zu versichern. Das wäre „Fraternisieren mit dem Feind“ gewesen und hätte zum Erschießen durch ein Kommando führen können.

Ich wäre zu einer Minderheit in einer größeren Gruppe geworden, einer größeren Gruppe, die sich von Tag zu Tag mehr an das Töten gewöhnen würde und bei der ich dann als „Schisser“ gemieden werden würde oder auch gestoßen, verlacht, verhöhnt und gemobbt worden wäre. Hätte ich diese Wahl getroffen und wäre ich fähig gewesen, das durchzuhalten? Ich weiß nicht, ob ich das gekonnt hätte.

Macht das die Taten besser, wenn man versteht, wie so mancher zum Täter werden konnte? Auf keinen Fall. Aber es macht den Täter menschlicher und wir können

anfangen zu verstehen, wie es zu solchen Taten kommen kann. Verheerend sind diese Taten in jedem Fall – sowohl für die Opfer, wie auch für die Täter.

In den Familienaufstellungen sehen wir so manches, was uns ebenfalls vorsichtig werden lässt.

Manchmal kommt es bei den Aufstellungen auch zur Aufstellung von Kriegsgeschehen z.B. mit Verbrechen an der Zivilbevölkerung. Oft konnten wir erleben, wie sich das Feld entspannte, wenn Täter und Opfer zueinander fanden (und sich die Täter z.B. zu den am Boden liegenden Opfern legten, wenn diese es zuließen).

Es gab auch Fälle, wo dies nicht möglich war. Da hatten z.B. die Täter kein Gefühl mehr. Sie sagten, es sei ihr Befehl gewesen, ihr Job. Solche Täter konnten mir leid tun. Sie hatten offensichtlich noch einen sehr weiten Weg vor sich, um zurück zu ihrer Seele und ihrer Mitte zu finden. In den Aufstellungen standen sie aber häufig nicht als Täter, sondern als Menschen. Jeder hatte eine Mutter und einen Vater, Onkel, Tanten und Geschwister und jeder hatte seine Seele.

Ein anderes Beispiel: Der Mann schlägt seine Frau. Das ist – wenn man werten will – verabscheuungswürdig. Aber in der Aufstellung sehen wir (in dem Fall, der mir vor Augen steht), dass er ein armer Tropf ist, der sich nicht mehr zu helfen weiß und dem die Sicherungen durchbrennen. Tatsächlich erkenne ich: sie hat mehr Täter-Energie als er.

Wie viele Täter sitzen in Haft, weil sie für wenige Augenblicke die Beherrschung verloren haben und wie viele von ihnen bereuen das zutiefst? Vielleicht haben wir ein wenig Verständnis für die Täter.

Aber wie ist es bei Massenmord oder Mord aus Habgier? Haben wir da auch Verständnis?

Immer gilt: die Taten sind nicht akzeptabel und nicht zu rechtfertigen oder zu beschönigen. Zum Massenmord habe ich schon oben am Beispiel des Polizeibataillons etwas gesagt. Es hat immer etwas mit staatlich verordneter Hetze und Verfolgung zu tun.

Auch Mord aus Habgier ist nicht zu rechtfertigen.

Allerdings besteht unsere Gesellschaft seit Jahrtausenden aus Habgierigen, die dafür nicht verurteilt worden sind, sondern im Gegenteil hoch geehrt wurden.

Wie viele Könige, Kaiser, Diktatoren haben die Welt mit Krieg überzogen? Wie viele haben geplündert, gebrandmarkt, vergewaltigt und jeden einen Kopf kürzer gemacht, der sich nicht sofort und eindeutig auf ihre Seite geschlagen hatte?

Wie viele Handelsabkommen werden auch heute noch aus Habgier und zum Vorteil weniger abgeschlossen, statt zum Wohle aller?

Habgier – das kennen wir. Man nennt es oft nur verschieden: der eine ist ein Verbrecher – der andere ist ein cleverer Geschäftsmann.

Wen wundert es, dass in einer Gesellschaft, die durch Habgier definiert ist, der eine oder andere aus dem Ruder läuft und sich mit Gewalt verschafft, was ihm/ihr nicht zusteht?

Ich habe in diesem Kapitel versucht, verschiedene Täter-Profile darzustellen und dabei nicht nur den Täter und die Tat im Vordergrund zu sehen, sondern den

(fehlbaren) Menschen.

Mir ist es wichtig, von der verabscheuungswürdigen Tat und der Verantwortung, die jeder Täter / jede Täterin selbstverständlich für die Tat hat, auf das zu schauen, was uns alle miteinander verbindet: das Dasein als Mensch.

Wir haben alle Täterenergie in uns. Wir kennen sie und brauchen sie und wir können sie auch missbrauchen. Auch das kennen wir.

Täter und Täterinnen bleiben Menschen wie wir, die aber einen sehr schwierigen Weg gehen. Das soll mich nicht dazu bringen, in einer Art verständnisvollen Gefühlsduselei nun alles gut zu finden, was ein solcher Mensch macht und jede Vorsicht außer acht zu lassen (bis ich selbst auf der Nase liege). Überhaupt nicht. Aber letztlich ist es die Frage, ob ich mit dem Herzen auf einen anderen schauen kann oder nur mit dem Verstand.

Im wirklich Großen und Ganzen geht es dabei in der Tiefe um die Frage, was Du bist. Bist Du Deine Taten, Deine Gedanken, deine sozialen Bezüge usw. oder bist Du eine göttliche Seele? Und nur das – und nichts weiter. Du bist nicht Deine Taten, nicht Deine Gedanken, nicht Deine Besitztümer. Du bist Du.  
(Und das gilt auch für jeden menschlichen Täter, jede menschliche Täterin).

## 10. Die Retter

Wir sind Opfer (das vor allem) – wir sind Täter (das auch) – am schwierigsten finde ich die Behandlung des Themas, wenn wir Retter sind.

Die Retter sind ja die Guten. Und das stimmt leider nicht.

Aber schauen wir es uns an.

Manchmal denke ich, dass es eine Entwicklung ist - auch über mehrere oder viele Leben. Erst sind wir Opfer, dann sind wir Täter und dann haben wir es eingesehen und werden Retter. Aber das stimmt in dieser Reihenfolge natürlich auch nicht. Es kommt mir nur so vor. So, wie sich die Menschheit seit ihren Anfängen immer verändert und weiter entwickelt hat. Warum dann nicht vom Opfer zum Retter?

Wie gesagt: es stimmt meiner Meinung nach nicht.

Das perfide an der Behandlung des Themas der Retter ist, dass die, die sich mit den besten und aufopferndsten Absichten zu Rettern entwickeln, unbewusst in einen Kreislauf eintauchen, der sie nicht weiter bringt. Wie soll ich das erklären und vor allem so erklären, dass es halbwegs nachvollziehbar ist?

Ich möchte auch nicht die vielen guten und heeren Ansätze, die humanen Vorsätze, den Glauben an das Gute, an eine bessere Welt und den Einsatz dafür zunichte machen und kaputt reden.

Dazu stecke oder steckte ich selbst viel zu sehr in diesem Retter-Modus drin.

Beruflich habe ich viel gemacht, aber den größten Teil meines Berufslebens war ich hauptberuflich in einer Gewerkschaft tätig. Sich für andere einzusetzen, den Kampf gegen zum Teil übermächtige Gegner aufzunehmen, sich zu positionieren und andere zu überzeugen – das sind keine Fremdwörter für mich.

In den Gewerkschaften gibt es viele Retter, viele Weltverbesserer. Das ist nicht schlecht. Aber hat es zu etwas geführt? Hat es mich weiter gebracht und andere auch?

Die wesentlichen Schritte habe ich nicht in der Gewerkschaft, sondern mit mir selbst gemacht, indem ich mich mir und meiner inneren Entwicklung zugewandt habe.

In meinem Buch „Ändere Dich und Du änderst die Welt“ habe ich Tiziano Terzani (den ehemaligen SPIEGEL-Korrespondenten in Südost-Asien) zitiert.

Ich darf das Zitat hier noch einmal wiederholen, weil er eine ganz ähnliche Entwicklung durchgemacht hat:

Tiziano:

*„Wie so viele junge Leute war ich aufgebrochen, die Welt zu verbessern und alles Mögliche – Äußere! – zu tun, was meiner Meinung nach nötig war. Du machst eine andere Politik, gibst den Leuten bessere Arbeit, verteilst den Reichtum gerechter, baust Brücken über den Fluss – und merkst schließlich, dass das alles nicht die Lösung ist.*

Falco:

*Wo ist sie dann?*

Tiziano:

*Ich glaube, die Lösung ist, an sich selbst zu arbeiten. Wirst du selbst besser, machst du etwas aus dir, wirst dir bewusst, wie sinnlos alles andere ist, dann kannst du*

*womöglich den Grundstein für etwas Großes legen, etwas, was ich für wesentlich halte: die Evolution des Menschen auf eine höhere Stufe“*

Wie viele starten mit den besten Vorsätzen und enden dann in Engstirnigkeit, Frustration und Fanatismus?

Es gibt diesen dummen Spruch: „Wer in seiner Jugend nicht Kommunist ist, hat kein Herz. Wer im Alter immer noch Kommunist ist, hat keinen Verstand.“

Ich mag diesen Spruch nicht, aber er gibt etwas von den Erfahrungen wieder, die im Laufe des Lebens mit ideologischen Vorsätzen gemacht werden.

Warum verhalten sich die Mitglieder von christlichen Parteien sehr häufig unchristlich?

Warum sind Mitglieder von sozialistischen Parteien sehr oft unsozial?

Warum sind Genossen recht häufig unsolidarisch und Kollegen unkollegial?

Warum machen die Vertreter von politischen Parteien – sobald sie Regierungsverantwortung übernehmen, oft das Gegenteil von dem, wofür sie vorher eingestanden und angetreten sind?

Warum endete die französische Revolution mit ihren Idealen der Brüderlichkeit, Gleichheit und Freiheit im Blutbad der Guillotine?

Warum konnte aus den kommunistischen Vorsätzen und Leitbildern eine stalinistische Diktatur entstehen?

Warum haben es die christlichen Ideale nie geschafft, Frieden und Gerechtigkeit in die Welt zu bringen, statt dessen aber sehr wohl Unterdrückung, Ausbeutung und gewaltsame Christianisierung?

Junge Menschen setzen sich mit übervollem Herzen für eine bessere Welt ein und laufen dann womöglich falschen Führern und Idolen hinterher, für die der Zweck jedes Mittel heiligt.

Was passiert da eigentlich? Sind denn alle Bemühungen und Ansätze vergeblich?

Wenn die Ideale in die Jahre kommen, folgen dann die Sachzwänge?

Ich glaube, dass wir uns in einem Teufelskreis bewegen aus Opfer, Täter und Retter, aus dem wir aussteigen müssen.

Den Rettern fällt das sehr schwer, es zu erkennen und die Konsequenzen daraus zu ziehen.

Was ist die Motivation eines Retters? Er will in der Regel und in erster Linie einem Opfer helfen und die Lage (Welt) verbessern. Ein klein wenig will er/sie auch das eigene Ego verbessern, weil es so schön ist, als Held und Retter da zu stehen. Oder er/sie will etwas klären, was ihn/sie selbst bedrückt und nicht gelöst werden konnte.

Es gibt also ein Gemisch an Motivationen. Wenn so jemand auf eine Retter-Organisation trifft, die seinen Idealen entspricht, dann kann er/sie sich schnell vereinnahmen lassen und ersetzt die ursprüngliche Motivation durch eine Gruppen-Ideologie. In der Gruppenideologie werden alle Fakten herangezogen und als „Beweise der Wahrheit“ angeführt, die die eigene Überzeugung stärken und

untermauern. Tun sie es nicht, werden sie interpretiert, so dass die Überzeugung bestehen bleiben kann.

Dass andere ebenfalls „recht“ haben können, wird nicht mehr wahrgenommen. Sehr leicht kann es dann passieren, dass sich in der Gruppe Strukturen herausbilden, dass das gemeinsame Ziel verabsolutiert wird, jedes Mittel zur Erzielung recht ist, andere unterdrückt, ausgeschlossen oder ausgemerzt werden und man am Ende vor einem Scherbenhaufen steht, den man so nicht hatte errichten wollen. Aber dann geht es nicht mehr anders. Das Ruder lässt sich nicht mehr wenden.

Wenn wir Retter, Täter und Opfer nicht als Gruppe anschauen, sondern in der Begegnung von Individuen, dann entwickelt sich häufig das folgende Szenario:

Der Retter begegnet einem Opfer, das von einem Täter (oder einer Situation) bedrängt wird und in Not ist und um Hilfe bittet.

Der Retter wird von dem Hilferuf des Opfers angesprochen. Es rührt sein Herz und er/sie will helfen. Der Retter wendet sich dem Opfer zu und gibt Hilfe, so gut er/sie kann. Das Opfer ist dem Retter dankbar für die Hilfe und Unterstützung. Endlich ist jemand da, der hilft.

Sobald der Täter erneut aktiv wird oder die Situation sich verschärft, wendet sich das Opfer hilfeschend an den Retter: „Bitte stehe mir bei! Was soll ich machen?“

Der Retter gibt wieder sein Bestes.

So geht das weiter von mal zu mal. An der Situation zwischen Täter und Opfer ändert sich nichts, aber der Retter wird immer mehr in den Schlamassel des Opfers mit hineingezogen.

Irgendwann wird es dem Retter zu viel. Er/sie kann nicht immer und jederzeit bereit stehen, um dem Opfer zu helfen. Er/sie kann nicht mehr und will nicht mehr.

Eigentlich beginnt sich die Sache zu kehren: aus dem Retter ist ein Opfer geworden. Er/sie kann sich den Anforderungen nicht mehr entziehen. Er/sie wird bedrängt und fühlt sich auch nicht mehr als Retter, sondern als Opfer des Opfers.

Wenn er/sie jetzt einen klaren Strich zum Opfer zieht und weitere Hilfe verweigert, ist das Opfer nicht nur enttäuscht, sondern reagiert mit Vorwürfen.

Die Sicht des Opfers ist dann: der Retter hat das Opfer überhaupt erst in diese ungute Situation gebracht, hat erst Hoffnungen geweckt und lässt nun das Opfer im Stich. Der Retter ist ja viel schlimmer als der Täter – so meint das Opfer.

Fazit: aus dem Retter ist somit sowohl ein Opfer als auch ein Täter geworden!

Das läuft nicht immer genauso ab, aber häufig genug. Mir ist das schon passiert. Ein Teufelskreis, der keinem Spaß macht und aus dem wir aussteigen sollten.

Soll das heißen, dass jede Katastrophenhilfe, jede Spendensammlung, jede humanitäre Aktion unterlassen werden soll? Sollen wir auf Barmherzigkeit und Mildtätigkeit verzichten und einfach nichts machen?

In der Entwicklungshilfe ist es schon lange den meisten dort Tätigen klar, dass Katastrophenhilfe zwar unbedingt notwendig ist, aber ansonsten Hilfsgelder und Hilfsmittel oft in falschen Kanälen enden. „Hilfe zu Selbsthilfe“ ist zu recht das Credo



dieser Hilfsorganisationen.

Auch sind Barmherzigkeit und Mitgefühl lichtvolle Energien, die ich für mich gerne aktiviere. Sie verbinden mich mit anderen und vermitteln das, was wir ohnehin sind: EINS. Das zu unterdrücken, ist sicher nicht der Sinn dieses Kapitels.

Aber ich muss mich beim Helfen als Retter fragen, ob ich damit einen Schaden anrichten kann. Ob ich in das Leben anderer eingreife in einer Art und Weise, die mir nicht zusteht und die übergriffig ist. Ob ich einer Seele die Möglichkeit nehme, sich aus eigener Kraft weiter zu entwickeln, was diese Seele wie jede andere Seele auch braucht. Das muss ich mich nicht nur fragen – dem muss ich nachspüren – muss es fühlen.

Das ist oft eine schwierige Gradwanderung. Aber ich halte sie für notwendig. Zunächst einmal sollte sich bei jeder Hilfe jeder Helfer / jede Helferin die Frage stellen, ob die Hilfe aus dem Kopf motiviert ist oder aus dem Herzen. Ob sie einer eigenen Not und Emotion folgt oder nicht und ob sie dem Opfer wirklich hilft oder nur seine Situation verlängert.

Entscheidend ist auch immer die Frage: bleibt dem Opfer eine Wahl? Frage ich, ob meine Hilfe willkommen ist oder entscheide ich einfach – weil es ja (scheinbar) offensichtlich ist, dass geholfen werden muss?

Wir sehen das in den Familien häufig – bei den eigenen Kindern oder Eltern. Wie schnell werden wir da übergriffig? Wie schnell handeln wir in bester Absicht, ohne wirklich zu sehen, was da passiert? Alte Menschen stecken wir gerne in Anstalten, wo sie „gut versorgt und medizinisch betreut“ werden, wo sie aber vielleicht unglücklich sind und keine Wahlmöglichkeit mehr haben. Es kann natürlich auch genau anders herum sein: erst im Pflegeheim wird die Mutter betreut, hat Kontakt zu anderen und kann sich noch einmal entfalten.

Ich erzähle ein klitzekleines Beispiel aus meiner Familie, bei dem ich zunächst nicht wusste, ob ich meine Mutter „retten“ sollte (musste) oder nicht. Manche/r wird Ähnliches aus der eigenen Familie kennen:

Meine Mutter wurde in hohem Alter immer ein Stück mehr altersdement und sah überall Diebe und erzählte einigen Unsinn. Sollte ich sie dann korrigieren (und ihr damit vielleicht die Würde nehmen) oder sollte ich nicken, ihr zuhören und sie auf ein anderes Thema bringen?

Wie oft musste ich meine Mutter darin bestärken, dass ich die Polizei rufen würde (was ich nicht wollte und für Unsinn hielt)? Erst habe ich gegen Ihre Vorhaben argumentiert, wenn sie die Polizei holen wollte, aber dann merkte ich, dass das würdelos war, dass es das Vertrauen unterband (sie fragte dann: „Glaubst du mir nicht?“) und nicht hilfreich war.

Meine Mutter war schlau. Wenn ich oder meine Brüder den angeblich gestohlenen Schmuck unter ihrem Bett fanden, dann sagte sie blitzschnell, das sei gar nicht der vermisste, gestohlene Schmuck gewesen. Der sei ein anderer (eine andere Kette der gleichen Farbe – ein anderer Ring).

Zum Schluss habe ich beteuert, dass ich mich um die Sache kümmern würde und die Polizei informieren würde und das Leben ging dann auch ohne Polizei gut weiter. Meine Mutter behielt ihre Welt und ihre Würde.

Meine Mutter starb 4 Tage vor ihrem 99. Geburtstag und lebte bis dahin noch allein. Ich bin froh, dass ich nicht versucht habe, sie zu „retten“.

Wir sind gerne Retter. Wir opfern uns auch gerne dafür auf. Manche geben ihre ganze Lebensenergie darein.

Was ist nur, wenn wir niemanden retten müssen? Wenn diese Welt so ist, dass jede und jeder seinen Weg darin geht mit seinen Erfahrungen und wenn jede/r selbst eine unsterbliche, göttliche Seele ist, die nichts und niemand retten muss?

Hilfe, Unterstützung, Mitgefühl, Mitleid und Barmherzigkeit sind alles willkommene Umsetzungen unserer berechtigten Gefühle und überhaupt nicht fehl am Platz.

Aber retten müssen wir – glaube ich - niemanden.

Dem Retter tut es weh, wenn er/sie das erkennen muss.

Wenn in Familienaufstellungen der Lösungssatz kommt: „Vater, Mutter ... - ich kann Dich nicht retten!“ – dann ist das immer ein sehr schwerer Satz.

Aber in Aufstellungen geht es nicht um Schwere, sondern um die Wahrheit.

Und dann kommt bei den Betroffenen das Bewusstsein durch, dass der Satz wahr ist. „Ich kann Dich nicht retten“ – Du spürst, das ist wahr.

Wenn diese Wahrheit gefühlt wird, dann ist die Lösung da.

Man löst sich von einer Illusion und vor allem löst man sich von einem Thema des eigenen Lebenswegs. Darin liegt dann die Schwere.

Wenn ich einen Teil – oder mein ganzes Leben darauf aufgebaut habe, meine Mutter oder meinen Vater oder wen auch immer retten zu müssen, dann gibt es eine ungeheure Leere, wenn dies auf einmal nicht mehr erforderlich ist.

Was mache ich dann noch mit mir und meinem Leben?

Die Einsicht zeigt: hier fängt dann das Leben überhaupt erst an.

Ich bin dann nicht mehr fremd bestimmt, versuche dann nicht mehr, das Schiff meiner Mutter oder meines Vaters zu lenken und zu steuern, sondern beginne, der Kapitän (die Kapitänin) auf meinem eigenen Schiff zu sein.

Damit komme ich aus meiner Retter-Rolle, die zugleich eine andere Form einer Opfer-Rolle ist heraus. Und da geht es dann lang.

In diesem Sinne: sei bitte hilfreich, voller Mitgefühl und Barmherzigkeit, aber sei bitte kein Retter (keine Retterin), sondern Dein eigener Schöpfer, Deine eigene Schöpferin.

## 11. Ich bin ein Schöpfer

Kann es sein, dass ich, dass wir alle Schöpfer sind?

Ich schaue auf mich, meine täglichen Probleme, meine Unzulänglichkeiten, die Misere um mich herum in der Welt und finde: das kann nicht sein.

Es stimmt einfach nicht mit meinen Erfahrungen überein.

Gut, natürlich bin ich ein Schöpfer, wenn ich etwas kreativ hervorbringe, wenn ich einen Text oder ein Gedicht schreibe, wenn ich ein Gericht koche, wenn ich etwas male, musiziere oder etwas entwerfe, wenn ich pflanze, säe und ernte kurz, wenn ich in meinem Leben und meinem Alltag etwas schöpferisch tue, was ich gelernt habe und wozu ich ausgebildet bin und womit ich mein Geld verdiene. Dann bin ich in diesem Sinne schöpferisch tätig. Das ist normal.

Aber darüber hinaus?

Ich kann nicht einfach sagen: morgen gewinne ich 1 Million und –schwupp- habe ich das Geld auf meinem Konto. Ich kann nicht sagen: Krankheit geh weg, Gesundheit komm und schon bin ich geheilt.

Oder geht das etwa doch???

Ich kann das nicht, aber gibt es Menschen, die das können? Und wenn ja, was machen die anders als ich?

### 11.1 Wunder über Wunder – welche Beispiele kennen wir?

Ja, es gibt solche Menschen, es gibt Wundertätige und es gibt ganz normale Leute, denen Wunder wiederfahren. Wunder sind möglich.

Ich kenne (und wir alle haben schon von ähnlichen Fällen gehört) Wundertätige und Wunder-Erzählungen z.B. aus dem indisch-asiatischen Raum.

Wir haben alle schon von Fakiren gehört, also den Leuten, die auf Nagelbrettern oder spitzen Glasscherben liegen. Und natürlich kennen wir auch die Feuerläufer. Das wird sogar hier in Europa, in Deutschland bei Shows im Fernsehen vorgeführt. Die Leute bringen sich in eine mediale Energie und dann laufen sie über glühende Kohlen – was kein normaler Mensch aushalten würde. Aber es geht!

*Mata Amritanandamay, genannt Amma, leitet in Indien einen Ashram und es heisst von ihr, dass sie Wasser in Krügen materialisieren kann.*

*Wie macht sie das? Oder stimmt es gar nicht?*

*Vom verstorbenen Sathy Sai Baba (dem zweiten Sai Baba) hiess es, er könne Gold materialisieren, zaubere kleine Goldkettchen herbei oder andere Gegenstände aus Gold. Ein Freund von mir reiste jedes Jahr zu ihm in den indischen Bundesstaat Andrah Pradesh und bestätigte die Geschichten.*

*Wie macht der das? Oder ist es ein Märchen, eine Illusion wie bei den Illusionisten Sigfried & Roy oder den Ehrlich-Brothers?*

Wir brauchen nicht ins ferne Asien zu gehen. Auch in Europa gibt es viele Beispiele für Wunder. Ich habe einen Kurs in einem spirituellen Zentrum in der Nähe von London gemacht – im Arthur Findley House. Während des Kurses konnten wir uns darin üben, verschiedene Heilungsmethoden zu erlernen und konnten uns in gewisser Weise auch mit Verstorbenen in Verbindung setzen, etwas über sie sagen oder Hinweise von ihnen empfangen.

Wie geht das?

Bei dem Kurs im Arthur-Findley-House gab es auch Fotos und Berichte von früheren Mitgliedern dieser spirituellen Richtung, die in der Luft schweben konnten (Levitation), die Gegenstände durch den Raum bewegten (Telekinese) oder die eine stoffliche teleplastische Substanz hervorbrachten, die sich außerhalb des medialen Körpers zu einem anorganischen bis hin zu einem organischen Gebilde verformen konnte.

Das klingt sehr mysteriös, hat aber um die Jahrhundertwende vom 19. ins 20. Jahrhundert etliche Philosophen, Wissenschaftler und Künstler zutiefst berührt und inspiriert.

Was geht da vor sich?

Es gibt eine Unzahl von parapsychologischen Vorgängen, die uns staunen lassen und die wir meistens als unwirklich beiseite schieben, weil sie uns zu unheimlich sind und wir nicht wissen, was da vor sich geht. Letztlich steckt auch die Angst dahinter, dass man sich mit dem Teufel im Bunde befinden könnte.

Unser spiritueller Lehrer im Arthur Findlay House war in Glasgow/Schottland aufgewachsen und berichtete, dass er als kleiner Junge in die spiritistische Kirche (das Zentrum der Gruppe in Glasgow) gegangen war. Dort seien immer trichterförmige Röhren durch die Luft gesaut. Das habe einfach dazu gehört. Als Junge von ca 5-7 Jahren hätte er sich nichts dabei gedacht. Es sei normal gewesen. Erst später habe er gemerkt, dass es etwas Außergewöhnliches war und heute fliegen dort auch keine Trichter mehr. Die spirituelle Energie hat sich in den Jahren gewandelt. Das klingt nach Normalität, nicht nach Teufel.

Im Übrigen berichtet schon Marco Polo von solchen telekinetischen Phänomenen, die er am Hof des chinesischen (oder mongolischen?) Kaisers erlebt habe. Damals glaubte dem Venezianer allerdings kein Mensch.

In einer unserer Aufstellungsseminare, bei denen ich mit meiner hellsichtigen Partnerin in Lüneburg zusammen arbeite, hatten wir kleine Karten auf die Stühle gelegt, die die Teilnehmer anschauen konnten, um eine Einstieg ins Seminar zu haben. Die Karten hatten Bilder mit Sprüchen und wurden von den Teilnehmern vorgelesen und konnten in ihrer Bedeutung für jeden besprochen werden, wenn es gewünscht war.

An einer Stelle hakte meine Partnerin ein. Sie forderte die Teilnehmerin auf, genauer auf das Bild ihrer Karte zu sehen und wies auf ein Detail hin, das wichtig sei. „Siehst Du da einen Besen?“ fragte sie, was die Betreffende bejahte. Das Erstaunliche war: meine Partnerin konnte nur die Rückseite der Karte sehen, nicht das Bild auf der anderen Seite. Wie konnte sie wissen, was darauf zu sehen war? Ich machte den Test und fragte sie, was denn auf meiner Karte von Bedeutung sei und hielt die Karte dabei ganz verdeckt. Sie konnte ohne Zögern ein Detail beschreiben, das auf meiner Karte zu sehen war. Wie konnte sie das machen?

Wir denken: das kann die – ja klar. Die ist ja hellseherisch, oder hellhörig oder hellfühlilig. Das ist bei der angeboren. Ich kann das nicht. Und das stimmt nicht. Es stimmt zum Teil, weil wir es nicht sofort abrufen können. Aber dass wir diese Fähigkeit oder eine ähnliche Fähigkeit nicht hätten, stimmt m.E. nach nicht.

Auch Wunderheilungen gibt es ohne Zahl. Auf einmal werden die Menschen gesund. Man weiß nicht wie oder warum, aber auf einmal bessern sich die Werte, die Krankheit zieht sich zurück.

In der Wissenschaft ist das Phänomen des Placebo-Effekts gut bekannt und wird nach wie vor erforscht. Sobald die Menschen an etwas glauben, beginnt das zu wirken und die Dinge ändern sich. Vielleicht ist das die Ursache von Wunderheilungen.

Dr. Joe Dispenza hat sich ausführlich damit befasst und unterrichtet die Methoden, die eine Änderung und Heilung herbei führen können. Er hat mehrere Bücher geschrieben (z.B.: Du bist das Placebo) und beschreibt, wie er sich nach einem Unfall selbst geheilt hat, obwohl alle Fachärzte ihm gesagt hatten, er sei unheilbar verletzt. Er hatte sich seinen gebrochenen Wirbel immer wieder mental nachgebildet und als ganze Einheit geformt, so lange und so intensiv, bis sein Wirbel tatsächlich begann, sich wieder zusammen zu setzen und zusammenwuchs.

Dr. Joe Dispenza lehrt, dass wir unser Unbewusstes und unsere Emotionen erreichen müssen, also unsere Bewusstseinssebene, die unterhalb des Tagesverständes und unterhalb der gedanklichen Ebene liegt. Er empfiehlt meditative und suggestive Techniken.

Immer hat es aber auch damit zu tun, sich auf den Weg zu machen und alte Gewohnheiten, Bräuche und Muster abzulegen und zu verändern.

## 11.2 Als Schöpfer sage „Ja“ zur Veränderung

Stell Dir bitte einmal vor, Du gehst in ein Cafe und siehst dort auf einmal einen Menschen sitzen, der genauso aussieht wie Du. Stelle es Dir bitte genau so jetzt einmal vor.

Nach dem ersten Schock schaust Du genauer hin. Noch hat der/die Andere Dich nicht bemerkt und Du sitzt so, dass Du ihn/sie gut beobachten kannst, ohne selbst sofort bemerkt zu werden. Ist es ein Zwilling von Dir, von dem Du nichts gewusst hast? Du siehst, wie er/sie sich gibt, bewegt, redet und gestikuliert.

Du siehst in ihm/ihr, wie Du selbst bist und auf andere wirkst – aber Du bist es nicht. Du sitzt ja hier auf Deinem Beobachtungsposten. Du merkst, das bist genau Du. Aber es gibt Kleinigkeiten, die anders sind. Die Stimme ist genau gleich, aber vielleicht ein Nuance tiefer – nur eine Spur, fast nicht zu merken. Das Lächeln ist gleich, aber etwas herzlicher, etwas fröhlicher. Der Blick ist wach und doch voller Tiefe. Genau wie bei Dir, vielleicht etwas wacher, etwas präsenter. Du siehst Dich – und doch ein wenig anders.

Wie geht es Dir, wenn Du dies liest? Kannst du Dir eine solche Begegnung vorstellen?

Wie siehst Du Dich, wenn Du Dich als aufmerksamer Beobachter auf einmal von

außen siehst? Wer bist Du? Wie bewegst Du Dich? Was ist faszinierend an Dir? Was ist anders, als Du bisher gedacht hast? Bist Du wirklich der in der Tiefe unsichere und ängstliche und beides überspielende Mensch, als den Du Dich selbst erlebst, oder bist Du eigentlich ganz anders? Schöner, offener, herzlicher, souveräner? Schau Dich an und erkenne Deine strahlende Schönheit, Dein Potenzial, Deine Vision von dem, was Du sein willst und was Du bist.

Sieh Dich, wie Du in Deinem Spiegelbild im Cafe sitzt und erforsche dieses Bild von Dir. Forme es aus. Visualisiere Dich in diesem Spiegelbild von Dir selbst und kreiere Dich als die Wesenheit, die Du bist. Du merkst: jetzt hast Du alle Möglichkeiten geöffnet.

Und tatsächlich: es gesellen sich andere Mensch zu Deinem Spiegelbild. Sie unterhalten sich, lachen, sind fröhlich, aber auch ernsthaft, mit Gefühl, Tiefe und mit – ja, mit Liebe. Und Du bist mitten drin. Das ist erstaunlich – aber Du kannst es sehen. Das bist Du. Gerade hast Du noch etwas gelesen und jetzt bist du mitten in der Gruppe, lachst und redest und freust Dich.

Folge dem Bild. Forme es aus. Mache Dich auf den Weg für Deine Veränderung. Beginne, ein Schöpfer / eine Schöpferin zu sein. Kreiere Dich.

Als Schöpfer entdeckst Du Deine Fähigkeit, Gefühle aus Dir selbst zu erschaffen. Das ist ganz neu. Du glaubst normalerweise, dass Du Gefühle hast oder sie bekommst aber nicht, dass Du sie erschaffst.

Ist das wirklich möglich?

Ja.

Es ist wie alles zunächst einmal eine Wahl, die Du triffst.

Willst Du heute, wenn Du aufwachst, wieder so brummig, unausgeschlafen, ausgebrannt, bemüht motiviert (damit Partner/in und Kinder nichts merken), in einen Tag gehen, der wieder einmal nichts anderes und nichts Neues zu bieten hat, wie alle anderen Tage?

Oder triffst Du eine Wahl für Dich, dass Du den Tag heute anders als sonst beginnen willst?

Motivierst Du Dich für neue Gefühle, der Dankbarkeit, Zufriedenheit und der Freude? Beobachte Dich selbst. Was machst du jeden Tag? Wie fühlst Du Dich? Willst Du es ändern oder ist es richtig für Dich so, wie es ist?

Wenn Du glücklicher, freudiger sein willst, dann kannst Du nicht da sitzen und nichts tun und warten, dass aus dem Universum der Lichtstrahl der Freude auf Dich gerichtet wird.

Du bist Dein Schöpfer/ Deine Schöpferin. Du darfst in die Bewegung kommen und Dir etwas Neues mit in Dein Leben holen.

Für die meisten von uns mag das mühsam sein und wir müssen uns sprichwörtlich jeden Tag den berühmten Tritt in den Hintern geben.

Aber Du willst ja eine Veränderung und da darfst Du auch etwas dafür tun. Richte Dich darauf aus, andere Gefühle zu haben. Sag Dir, dass Du heute anders fühlen wirst als sonst. Hole Dir das Gefühl herbei (Du kennst es ja – Du weißt ja, wie sich Freude anfühlt, oder Liebe oder Zufriedenheit). Bei Freude kannst Du Dich an eine Situation erinnern, in der Du zuletzt Freude empfunden hast – oder Du stellst Dir ein Baby vor: gibt es jemanden, der mehr Freude ausstrahlt als ein Baby? Hole Dir das herbei und visualisiere es. Erschaffe es. Gib Dir die Chance, es zu fühlen. Und öffne

dein Herz dafür, dass es Dir an diesem Tag begegnen darf – weil Du es herbei gerufen hast.

Es ist nicht der Satz, den Du denkst und auch nicht nur das Gefühl, das Du fühlst, es ist die Vibration, die Du erzeugst, die das zu Dir bringt, indem Du Dich selbst darauf zubewegst.

Das kannst Du üben und so erschaffen.

Du kannst auch frustriert die Flinte ins Korn werfen und denken: „Das habe ich alles schon probiert – bei mir nutzt es sowieso nichts.“ Aber da willigst Du darin ein, dass alles so bleibt, wie es ist. Wenn Du es ändern willst (und das kannst Du), dann mache Dich auf den Weg und bleibe dran.

Es ist wie bei allen Dingen: es ist kein Meister vom Himmel gefallen und vieles braucht Übung oder eine besondere Initiation (das gibt es auch). Aber wenn Du keine Initiation (ein Ritual, eine besondere Einweihung oder eine spezielle Anwendung) hast, dann bring Dich immer wieder neu in diese Schwingung, die Du haben willst und achte darauf, wie sich bei Dir nach und nach die Dinge ändern.

Nicht zuletzt hängt hier vieles auch mit Deiner Wahrnehmung zusammen: wir sind es gewöhnt, die negativen Dinge in unserem Leben wahr zu nehmen und zu bewerten. Da kannst Du von 20 Leuten ein Kompliment bekommen, aber der/die eine, von dem Du eine negative Kritik bekommst, der/die geht Dir nicht mehr aus dem Kopf.

Im Alltag regst Du Dich über alles Mögliche auf. Das bringt Dich in Schwung und bleibt bei Dir hängen. Für all das Positive, das Dir begegnet, offen zu sein, es zu bemerken und dafür zu danken, das kommt Dir nicht in den Sinn. In der Rückschau auf die Vergangenheit schon, da ist der Prozess umgekehrt: das Positive bleibt hängen und das Negative verblasst. Aber in der Gegenwart ist es nicht so.

Es ist also eine Aufgabe, sein Augenmerk bewusst auf die positiven Dinge zu lenken. Dass Du gesund bist oder dass Du nicht noch kränker bist. Dass Du atmest und lebst. Dass Du Dich fühlen kannst. Schau auf Deinen Lebensweg und bemerke, wie viel schon passiert ist und wie weit du schon gegangen bist. Und jetzt bist Du hier in der Gegenwart, atmest, lebst und kannst Dir auf die Schulter klopfen.

Mit dieser Haltung kannst Du daran arbeiten, dass die aktuellen Probleme nicht mehr so dringlich und nicht mehr so nervig erscheinen wie zuvor.

Orientiere Dich auf das Ziel und die Lösung und bleibe nicht dauernd in der Problemspirale hängen.

Wie gesagt: jeder Tag ist ein neuer Tag und jeder Augenblick ist ein neuer Augenblick und Du kannst entscheiden, ob Du so oder so gehen willst.

Öffne Dich für Veränderung.

### 11.3 Bin ich wirklich ein Schöpfer? - Zingdad und die Dualitätsfalle

Vielleicht hilft Dir dabei noch ein weiterer Einblick:

Die meisten von uns identifizieren sich mit ihren Gedanken, ihren Glaubenssätzen, ihrem Körper, ihren Überzeugungen, Beziehungen, Handlungen, ihrer Arbeit, ihren Besitztümern oder ihrem Geld usw.

Sie denken: das sind sie. Aber das stimmt nicht.

Wir bringen das nur nach außen, erleben es, besitzen es, äußern es – aber wir sind das nicht.

Wir sind in unserer tiefsten Tiefe, in der Essenz von allem, universelle, allmächtige Wesen, angebunden an das EINE, die Quelle, den Ursprung, das Göttliche, die LIEBE.

Das bist Du und das ist jede/jeder von uns.

Für uns, die wir in der Dualität, in der Trennung existieren ist das schwer nachvollziehbar. Aber es hilft vielleicht, wenn Du es erst einmal annimmst und Dir klar wirst darüber, dass Du Dich gar nicht richtig kennst und Dich nicht richtig wahrnimmst, sondern nur eine Äußerung von Dir, die jetzt diese Erfahrungen sammelt, wie sie Dir tagtäglich begegnen.

Mit Deiner Entscheidung, Dich dieser Sichtweise zuzuwenden und Dein Schicksal mehr als bisher schöpferisch zu gestalten, bewegst Du Dich auf Dich selbst und Dein inneres ICH zu (und es auf Dich).

Du weißt genau: wenn Du das mehr spürst, wenn Du das mehr wahrnimmst, wenn Du das mehr lebst, dann kommst Du bei Dir an, Dann ist es ruhig, friedlich, warm und geborgen in Dir. Dahin sind wir alle unterwegs. Der/die eine mehr der/die andere weniger. Auch Du.

Immer wieder kehren meine Gedanken, wenn ich dieses so lese, dahin zurück, dass das alles ja ganz unglaublich erscheint und so gar nicht mit meiner Wahrnehmung meiner Realität im Einklang steht.

Ich weiß: es gibt die vielen Beispiele. Aber das sind ja auch andere Leute, nicht ICH. Wie kann ich mich überzeugen – wie kann ich mich bewegen?

Es tut mir leid: den Schubs musst Du Dir selber geben.

Es geht wohl nicht anders.

Aber ich komme darauf wieder zurück.

Mir hilft dabei, wenn ich sehe, wie es anderen ergeht, die auch auf dem Weg sind.

Das Medium Zingdad, der nicht nur mit seinem „Höheren / Inneren Selbst“ in Verbindung steht sondern auch mit seinem Geistführer (den er „8“ nennt) und einem weiteren Führer aus der geistigen Welt (namens Adamu), schreibt in seinen „Aufstiegsschriften“ wie er in seinem persönlichen Lernprogramm mit seinem Geistführer an seine Grenzen kommt und in alte Denkmuster zurück fällt.

Ich will das kurz schildern bzw. zitieren:

Zunächst geht es in dem folgenden Zitat darum, dass Zingdad im Dialog mit „8“ lernt, dass er als Schöpfer seinen Emotionen nicht einfach ausgeliefert ist, sondern sie erschaffen kann:

**Z:** Ich habe oft gehört, vor allem von Macho-Typen, dass Emotionen eine Schwäche seien, die man überwinden müsse.

**8:** In der Tat! Emotionen sind für tief Dualitätsbewusste bestenfalls komische Gefühle, die dir zu ungünstigen Zeiten widerfahren, und schlimmstenfalls wirkliche Hindernisse in deinem Leben. Und so ist es, dass Emotionen für diejenigen im Dualitätsbewusstsein störend, lästig und verwirrend sind.

Indem du dir jedoch deiner eigenen Schöpfernatur bewusst wirst, wirst du dir gewahr, dass du deine eigenen Erfahrungen erschaffen kannst und erschaffst. Und eines der ersten Dinge, die du lernst, wenn du deine Fähigkeit zum Erschaffen entdeckst, ist, wie du dir selbst deine Gefühle machst. Damit ist die Fähigkeit gemeint, deine eigenen Emotionen aus dir selbst von innen heraus zu erschaffen. Wenn du ruhig dasitzen und ohne irgendetwas in deiner äußeren Umgebung zu



verändern und ohne einen Anlass zu finden, der dich glücklich sein lässt, einfach Freude um ihrer selbst willen in deinem eigenen Herzen erzeugen kannst... dann wirst du eine selbst geschaffene Freude haben.

Was hier geschehen sein wird, ist, dass du sie stark genug und oft genug auf deiner Reise durch die Dualität gefühlt haben wirst, dass du **weißt**, wie sie sich anfühlt. Doch indem du jetzt zu deiner Schöpfernatur erwachst, bist du nun in der Lage, sie dir selbst zu erschaffen.

Du brauchst keine Bewusstseinskonstrukthaler (*das sind Helfer –E.P.*) mehr, um das für dich zu tun. Anstatt darauf zu warten, dass du das Licht auf dich strahlen fühlst, kannst du nun wählen, in dir selbst deine eigene Lampe anzuzünden und jenes Licht selbst leuchten lassen.

In diesem Fall hast du dich vom Opfer zum Schöpfer verlagert.

(Zingdad Aufstiegsschriften Band 1 S. 336)

Das ist ja schon eine unglaubliche Behauptung, dass wir in der Lage seien, unsere eigenen Emotionen zu erschaffen.

Aber ich weiß: alle Wunder operieren tatsächlich damit. Es geht immer darum, die Emotionen und Gefühle herbei zu rufen, die mit dem verbunden sind, das sich ändern soll. Es geht um die Gefühle, die ich fühle, wenn das eingetreten sein wird, was ich mir ersehne, erhoffe oder wünsche.

Wenn wir Wunder erschaffen wollen, dann kommen wir darum nicht herum. Nicht um diese Gefühle und nicht um den an Gewissheit grenzenden Glauben daran, dass es eintreffen wird (oder schon eingetroffen ist), was wir wünschen.

Aber zurück zu Zingdad. Auch er glaubt, dass es möglich ist, seine eigenen Emotionen zu erschaffen. Aber dann holt ihn die Denkgewohnheit in unserer dualen Realität ein und er stellt Fragen, die wohl jedem von uns ähnlich in den Sinn kommen würden. Und genau das ist der Grund, warum ich ihn hier zitiere:

**Z:** Gut, dies alles begreife ich – ich verstehe, dass ich meine eigenen Emotionen erschaffe.

Was können wir aber gegen die Tatsache unternehmen, dass es sich für die meisten von uns hier unten auf der Erde die meiste Zeit nicht so anfühlt. Es fühlt sich an, als ob *Dinge passieren*, und als Ergebnis davon steigen dann die Emotionen auf. Und nicht umgekehrt.

**8:** Mit anderen Worten, ihr fühlt euch, als wärt ihr ein Opfer eurer Emotionen?

**Z:** Nein. Ich würde sagen, wir fühlen uns, als wären wir Opfer unserer Umstände. Die Emotionen folgen nur daraus. Ich möchte dir einige Beispiele geben. Wenn ich im Wald spazieren ginge und sich plötzlich eine Giftschlange erhebe, um auf mich zuzustoßen, würde ich sehr viel Angst fühlen.

Und wenn Lisa sich entschiede, dass sie mich verlassen wollte, dann würde ich sehr viel Schmerz im Herzen fühlen.

Und wenn ich über die grobe Misswirtschaft lese, die die Politiker dieses Planeten uns allen zufügen, dann fühle ich mich ziemlich wütend.

Bei dieser Art von Erfahrungen habe ich das Gefühl, als ob mir die Ereignisse zustoßen und die Emotionen ihnen folgen.

**8:** Danach fragst du mich **noch immer**? Nach all dem, was wir besprochen haben? Wirklich?

**Z:** (kleinlaut) Nein, ich vermute, es ist nicht nötig, dass du antwortest.

**8:** Aber du kennst die Regel. Wenn du eine Frage aufwirfst, die gründlich behandelt worden ist, dann musst du sie selbst beantworten, bevor wir weitergehen. Sag' mir also – wie gehst du mit dem Gefühl um, ein Opfer deiner Erfahrungen zu sein?

**Z:** Es ist die Frage, wie ich meine Sichtweise zu der Erkenntnis verschiebe, dass alles, was ich erlebe, in irgendeiner Weise von mir eingeladen wurde. Entweder von mir, Zingdad, oder von dem Ich, das ich außerhalb der Inkarnation bin, von meinem Inneren Selbst. Entweder erschaffe ich es bewusst oder ich lade es unbewusst ein oder lasse es zu.

Ich lade Erfahrungen ein, damit ich über sie Wahlen treffen kann. Wenn ich bezogen auf irgendetwas eine feste Wahl getroffen habe, dann kann ich es gehen lassen, und es zeigt sich mir nicht noch einmal, um es anzuschauen.

**8:** Also, die Schlange?

**Z:** Das wäre nicht wirklich ein zufälliges Ereignis. Ich meine, das weiß ich aus meinen Erfahrungen hier auf der Farm. Schlangen hungern nicht zufällig herum und warten darauf, Menschen zu beißen. Sie verziehen sich, wenn sie dich kommen hören. Aber ich hatte einen Besucher, der immer und immer wieder sagte: „*Hoffentlich sehen wir keine Schlange, ich erstarre vor Angst vor Schlangen!*“ und dann lag natürlich hundertpro auf einem Spaziergang im Wald eine riesige Puffotter (afrikanische Giftschlange, d.Übers.) quer über dem Weg. Es war die einzige, die ich in vielen, vielen Monaten gesehen hatte.

**8:** Und auf deinem eigenen Grundstück hast du noch nie eine gesehen.

Siehst du? Dies ist nicht dein Problem und du schleppst es jetzt nicht heran, um es für dich zu einem Problem zu machen. Also...

**Z:** Also ist es nicht nötig, mich zu ängstigen.

**8:** Und Lisa, die dich verlässt?

**Z:** Gut, das war einfach ein blödes Beispiel. Ich weiß, dass mich mit Lisa ein heiliger Seelenvertrag verbindet. Unsere Inneren Selbst tanzen durch unsere Interaktion miteinander. Und trotz allem weiß ich auch, dass Ewigkeit eine sehr lange Zeit ist. Und aus jener Blickrichtung ist das hier ein Ort, wo ihr Inneres Selbst und meins gemeinsam kokreieren, wobei es gleichermaßen viele, viele andere Orte in der Ewigkeit gibt, wo wir das nicht tun. Was ich meine ist, dass ich weiß und verstehe, dass unsere Verbindung aus einer Sicht zu einem Ende kommt. Doch aus einer anderen Sichtweise werden wir beide für immer durch diese Interaktion zwischen zwei sterblichen Lebewesen auf dem Planeten Erde verändert sein.

**8:** Das hast du wahr und auch ganz schön formuliert. Doch es beantwortet nicht deine eigene Frage. Wirst du oder wirst du nicht mit gebrochenem Herzen zurückbleiben, falls Lisa dich verlässt? Und bist du dann nicht ein Opfer dieser Erfahrung?

**Z:** Na gut. Also, ich sehe das so. Wenn Lisa und ich beide unserem Herzen folgen und auf diese Weise in Resonanz mit unseren Inneren Selbst bleiben, dann erfüllen wir beide unser höchstes Gutes. Wenn es entweder zu ihrem oder zu meinem höchsten Wohl ist, unsere Beziehung zu beenden, dann wird das auf der einen Seite traurig sein. Es ist traurig, wenn etwas Wunderbares endet. Aber natürlich wird es auch richtig sein. Und so werde ich mich nicht als Opfer dieser Erfahrung fühlen.

**8:** Das ist sehr gut gesagt.

Zum Schluss also noch (er stößt einen kleinen Seufzer aus): Was ist mit den Politikern?

**Z:** Ach ja. Dies ist schon ein alter Hut, nicht wahr?

So wie ich es sehe, gehören Politiker einfach zum Inventar einer dualitätsbewussten Welt.

Die Leute geben ihre Macht an die Politiker ab, indem sie für sie stimmen. Dann werden die Politiker durch jene Macht korrumpiert, sie missbrauchen sie, und das macht die Leute wütend. Dann wählend sie jemand anderen an die Macht, der dasselbe tut. Und wie wir bereits festgestellt haben, sind die Politiker selbst nur die Bauern für die Super Mächtigen.

Sie tanzen eigentlich nur in Reih und Glied zwischen „dem Befolgen von Anweisungen“ und dem Polieren von ihrem Image.

So lange wie ich dem meine Aufmerksamkeit schenke, mich ärgere und mich mit dem gesamten politischen Zirkus abgebe, nähre ich tatsächlich das System.

**8:** Das ist völlig richtig.

(Zingdad Aufstiegschriften Band 1 S. 338ff)

Also, das ist alles ziemlich heftig – oder?

Zunächst heisst es, dass ich in meinem Schöpferbewusstsein meine Emotionen und Gefühle selbst erschaffen kann und damit erst zum bewussten Schöpfer meines Lebens werde. Ok, da kann ich also anfangen, daran zu arbeiten.

Dann heisst es aber auch noch weiter, dass alles, was um mich herum geschieht, bereits von mir erschaffen (oder herbei gerufen) wurde und nichts „plötzlich“ über mich herein bricht und ich nie ein Opfer von Geschehnissen bin und auch meine Emotionen nicht den Umständen der Ereignisse geschuldet sind, sondern von mir geschaffen oder herbei gerufen worden sind.

Es soll keine Schlange (oder ein anderes gefährliches Tier) geben, die plötzlich im Wald erscheint,

Es soll keine unerwartete und zutiefst traurige Trennung von einem geliebten Menschen geben, an der ich nicht schon im Vorhinein beteiligt bin und auch meine Wut auf die Misswirtschaft der Politiker ist keine Reaktion auf etwas, das ohne mich im Aussen geschieht.

Das soll ich glauben???

Wenn Du diesen Text liest, dann erscheint das doch ziemlich unglaubwürdig oder?

Es gibt so wahnsinnig vieles, was dagegen spricht. Eigentlich Deine gesamte Erfahrung. Meine auch. Und ich habe schon viele Wunder erlebt. Ich habe schon an vielen Wundern mitgewirkt. Und doch fällt es mir immer noch schwer, das zu glauben und darauf zu vertrauen, was wir gerade von Zingdad und „8“ lesen durften.

Es gibt bei mir aber auch einen anderen Zugang dazu:

wenn ich nicht auf meinen Kopf höre, sondern in mein Herz hinein horche, dann ist da eine Überzeugung, eine Gewissheit, die allen offensichtlichen Erfahrungen und Anzeichen zum Trotz sagt: *„Das ist absolut wahr“*. Meine innere Stimme sagt: *„Genauso ist es und es ist absolut richtig und wahr. So bist Du. So sind alle Menschen – auch die, die es noch nicht wissen oder nicht wissen wollen oder nicht sehen können.“*

Meine innere Stimme ist nicht überheblich. Sie stellt sich nicht über andere Menschen und klassifiziert sie in „noch nicht so weit“ oder „weiter“. Sie sagt nur etwas aus über mich und meine Wahrnehmung. Die muss gar nicht richtig sein in

Bezug auf andere, aber sie ist richtig in Bezug auf mich. Wenn Du also jetzt Deine Augen auf diesen Text richtest, was sagt dann Deine innere Stimme zu Dir? Ist das möglich, was Du da liest und hörst? Oder geht das gar nicht?

Ich glaube, dass mein Weg in meine Schöpfernatur sehr viel mit dem zu tun hat, was ich wage, zu glauben. Ob ich die Wahl treffe, dem zu vertrauen, was entgegen allem äußeren Schein so unglaublich erscheint und doch möglich ist. Und wenn ich diese Wahl getroffen habe, beginnt der Weg dahin, es auszuprobieren und zu üben und sich immer wieder zu vergewissern, dass es möglich ist und tatsächlich Realität wird. Da fange ich nicht damit an, aus Erde Gold zu formen (wie Sai Baba) oder Wasser aus dem Nichts herbei zu zaubern (wie Amma). Ich fange damit an, die kleinen Wunder geschehen zu lassen.

#### 11.4 Schöpfer Sein heisst auch: es wahrzunehmen

Neulich habe ich mir einen neuen PC gekauft. Das war schon im Vorhinein ein Trauma für mich. Nicht der neue PC natürlich, aber ich hatte es ewig aufgeschoben, weil ich Angst davor hatte, ich würde meine Programme und Einstellungen und alles, was ich gewohnt bin beim Arbeiten nicht wieder so einrichten können bzw. nur mit aufreibender wochenlanger Zähigkeit hinbekommen.

Und was passierte? Als ich mein Microsoft-Office Paket installieren wollte, klappte es nicht. Ich möchte keine Details schildern – die kann sich jede/r selbst ausmalen. Ich versuchte geschlagene 8 Stunden lang, meinen PC flott zu kriegen mit dem Ergebnis, dass ich am Ende das geladene falsche Office-Paket nicht mehr deinstallieren konnte und mein neues Paket, für das ich eine neue Lizenz hatte erwerben müssen, nicht installieren konnte. Ich wusste definitiv nicht mehr, wie es weiter gehen sollte.

Dann habe ich an meine Schöpfer-Fähigkeiten gedacht und mich erinnert, was ich bin. Da ist mir sofort aufgefallen, dass meine Energien nicht richtig sein konnten. Ich war nicht gelassen. Ich war verbohrst und drückte und presste. Ich war unfreundlich zu jedem, der herein kam, kurz angebunden und verärgert und schließlich auch frustriert. Mir kamen Gedanken wie: „ich habe es von Anfang an gewusst“.

Da machte ich mir klar, dass ich mit dem „ich habe es von Anfang an gewusst“ alles nur herbei gerufen hatte.

Ich brachte mich so gut es ging in meinen Gefühlen zur Ruhe, stellte den neuen PC in die Ecke, startete zum x-ten Mal ein Programm zur Deinstallation und liess alles seinen Gang gehen.

Dann erzeugte ich in mir das Gefühl, das ich hätte, wenn ich es geschafft haben würde, das Office-Paket zu installieren – dieses „Ha, ich schaffe es doch – ich bin der Beste“ und die Freude und Dankbarkeit, wenn es doch geschafft ist und die Erleichterung, dass diese Hürde doch noch genommen werden konnte.

Ich meine, ihr alle wisst, wie nervig es sein kann, wenn man eine dieser viel gepriesenen Hotlines anrufen will, um Hilfe zu bekommen. „Brauchen Sie eine Produktberatung – dann drücken sie 1, brauchen Sie Information zu einer laufenden Bestellung – dann drücken sie 2, brauchen Sie technischen Support, dann schauen Sie bitte auf unsere FAQs ...“

Ich hatte es an dem Tag schon 3 x geschafft, an einen lebendigen Menschen am Telefon zu kommen, dem ich mein Problem hatte schildern können. Der letzte davon telefonierte von New York mit mir. Interessanter Weise waren zwei der Gespräche plötzlich abgebrochen und das dritte hatte ich beendet, nachdem das

angebotenen Deinstallationsprogramm schon während des Telefonats 20 Minuten lief – ergebnislos, wie schon die Male davor.

Weil alles so ergebnislos war, hatte ich mir nach der Änderung meiner Gefühlsbasis in Richtung Gelassenheit, Dankbarkeit und Freude vorgestellt, dass ich mich am nächsten Tag wieder einmal durch die verschlungenen Wege der Hotline durcharbeiten würde, um dann an jemanden zu geraten, der mir helfen könnte und würde. Aber es kam anders: als ich gegen Mitternacht aus reiner Gewohnheit nachschaute, was das Deinstallationsprogramm nach ca 3 Stunden so machte, war der neue PC im Ruhe-Modus. Ich startete noch einmal neu - und das Wunder geschah: binnen 10 Minuten arbeitete sich das Programm durch und das alte Programm war deinstalliert – und zwar ordnungsgemäß.

Jetzt kann sich natürlich der Kopf melden und sagen: das war kein Wunder. Das wäre immer passiert. Wahrscheinlich hat der Kopf damit auch recht. Aber für mich war es ein Wunder. Ich hatte genau die Gefühle, die ich mir vorher herbei gerufen hatte.

Jetzt ist es nicht so, dass dies das einzige Beispiel ist. Nein, es gibt eine ganze Serie von solchen Beispielen, die mich davon überzeugen, dass etwas an der Sache wirklich dran ist. Dass ich wirklich meine Schöpfernatur einsetzen und nutzen kann. Ich muss die Dinge aber auch bemerken und nicht achtlos an ihnen vorbei gehen.

Ehrlich gesagt ist es meiner Meinung nach so: wenn Du skeptisch bist, werden Dich meine Beispiele nicht überzeugen und wenn Du auf dem gleichen Trip bist wie ich, dann wirst Du es auch ohne Beispiele glauben.

Es gibt nichts, was Dich überzeugen könnte. Alle Beispiele sind so, dass sie auch anders interpretiert werden können. Einen Beweis gibt es nicht. Es ist Glaube. Es ist eine gefühlte Wahrheit und Gewissheit. Bei mir fühlt es sich so an, als würde etwas aus sehr tiefen Tiefen heraus steigen und mir sagen: „Das ist richtig“. Ich stehe dann da und mein Kopf revoltiert, aber mein Herz sagt: „ja“.

Vielleicht geht es Dir genauso.

Warum schreibe ich das überhaupt und warum gebe ich Beispiele? Ich möchte etwas machen, was mir in der Tiefe meines Herzens ein Anliegen ist. Und ich möchte Dir, wenn Du das hier liest, eine Möglichkeit geben, etwas wieder zu erkennen. Das Beispiel bringt es Dir vielleicht nahe. Vielleicht erinnert es dich an etwas. Vielleicht ist es das, was Du jetzt gerade brauchst?

Wir leben in einer Zeit des Erwachens. Es gibt viele Schriften, viele Heilswege, viele Angebote. Da braucht es meine Ausführungen nicht. Aber ich vertraue darauf, dass Du, wenn Du dies liest, mit mir und allen anderen verbunden bist und genau das hier lesen möchtest. Und damit hat es nicht nur den Sinn, dass ich mir etwas von der Seele schreibe, sondern es darf für Dich auch hilfreich und nützlich sein.

Dafür bin ich dankbar.

Dir und dem Universum.

## 12. Umschalten in den Schöpfer-Modus

Als ich die erste Zeile dieses Buches anfang zu schreiben, hatte ich keine Ahnung, wie viele Methoden der Erschaffung bereits im Internet angeboten werden. Überschneidungen mit Verfahren, die an Wunder grenzen und von verschiedenen Lehrern bzw. Lehrerinnen gelehrt werden, sind unausweichlich.

Im Nachfolgenden stelle ich die von ADAMU in mehreren Channelings gegebenen 6 Heiligen Schritte für Transformationen vor. Diese sind im Internet nur schwer aufzufinden und es ist mir ein Anliegen, sie in einem zusammenhängenden Block wiederzugeben. Das sind also keine Texte von mir, sondern von Zingdad übernommene gechannelte Informationen.

Was ist für mich das Wichtigste beim Umschalten in den Schöpfer-Modus?

Ich höre auf, mich über das aufzuregen, was mir im Leben in die Quere kommt. Ich höre auf, mir Gedanken zu machen, warum was wie schief gelaufen ist oder warum es gerade bei mir immer passiert. Ich richte stattdessen meine Orientierung auf das, **wie ich es haben will!**

Ich höre auf, mir Sorgen zu machen und meine Ängste auszudrücken. Das sind alles Energiebomben, die ich aussende. Statt dessen benenne ich meine Wünsche, schreibe sie auf und bin jederzeit bereit, das zu benennen und zu visualisieren, was ich mir erträume. Und ich komme dann in die Handlung.

So einfach, so simpel – wie alle wirklich wichtigen und fundamentalen Sachen.

Auch die von Alfred Stielau-Pallas propagierte Dankbarkeit halte ich in meiner neuen Lebenseinstellung für wichtig..

**Warum ist es so wichtig, zu wissen und zu erklären, wie ich es haben will?**

Wir beschäftigen uns zu über 90% mit unseren Gedanken, Gefühlen und Handlungen mit dem, was uns stört, mit unseren Problemen oder mit dem Versuch, Lösungen für unsere Probleme zu suchen.

Alles, was wir an Energie aussenden, ist die Energie, die mit unseren Problemen verbunden ist. Die Schwingung meiner Energie ist in der Regel bestenfalls nüchtern meist aber eher lähmend aber keinesfalls freudig, begeistert und erfolgsorientiert. Die Schwingung, die mit unseren Problemen mitschwingt ist genauso. Es ist diese Schwingung, die das Problem anzieht und immer wieder anzieht, so dass wir nicht davon loskommen.

**Wenn Du gegensteuern willst, dann fange bitte damit an, zu 90% Dich nicht mit Deinen Problemen zu befassen, sondern mit Deinen Wünschen, Träumen und Deinen Zielen.**

Du merkst: das ist etwas anderes. Schon wenn ich beginne, mir selbst oder anderen zu erklären, wie es mir gerade geht, machen viele oft nichts anderes, als eine Energie einzuladen, die genau das reproduziert, was gerade schlecht oder mässig oder „geht gerade so“ („muss ja“) ist und nicht das, was ich erreichen oder was ich geändert haben will. -- Ist das nachvollziehbar?

Wir sind aufgefordert, aus dem Opfer, das wir dauernd sind, ein Schöpfer zu werden, indem wir zwei Pünktchen über das „O“ setzen ein „SCH“ davor schreiben. Dann wirst Du vom „Opfer“ zum **SCH**Öpfer.

Ist es so einfach? Eigentlich ja.

Fange an, Dir täglich aufzuschreiben, wie Du es haben willst. Sei nicht bescheiden.

Folge Deinen Träumen. Sei grenzenlos in dem, was Du Dir wünschst.

Schicke alte Glaubensmuster heraus aus Deinem System. Öffne Deine Poren, Dein Bewusstsein, Dein Unterbewusstsein, Dein Zellbewusstsein und Dein Energiefeld für Deine Wünsche, Träume und Ziele.

Das klingt jetzt schon wieder kompliziert. Ist es aber nicht. Es ist einfach: Du sagst, was Du haben willst. Wenn Du das nicht weisst, dann fange an, dich darauf auszurichten, dass Du lernst, zu wissen, was Du sein und haben willst. Und es dann zu denken, zu fühlen und zu sagen. Eigentlich leicht, aber nicht immer in der Umsetzung, weil wir es nicht gewöhnt sind.

Viele Anleitungen für einen Wandel beziehen nur auf die Gedanken und Gefühle. Auch Deine Handlungen müssen aber dazu kommen und erst damit werden die Ergebnisse erzielt, die Du haben willst. Du kannst nicht in Deinem Sessel sitzen und Dir hundert Mal Deine Wünsche in der Gegenwartsform vorbeten (Gegenwartsform heisst: „Ich bin gesund“ statt „Ich möchte gesund sein/werden“), aber sonst nichts ändern und nichts machen.

Das Motto „Bitte wasche mir den Pelz, aber mach mich nicht nass“ funktioniert nicht bei erwünschten Veränderungen. Jedenfalls nicht, wenn sie nachhaltig sein sollen.

Und jetzt kommen wir zu den Anleitungen für Wunder, die uns ADAMU gegeben hat:

Von ADAMU sind 6 Heilige Schritte gechannelt worden, die hier vorgestellt werden.

Es geht um die folgenden Schritte:

1. ANNEHMEN
2. ZIEL SETZEN = ABSICHT
3. VISUALISIEREN
4. HANDELN
5. EMOTIONEN
6. BEOBACHTEN

Ich habe diese Schritte dem Internet bzw. den Veröffentlichungen im Lichtfokus Nr. 56 bis 61 (Quelle: [www.zingdad.com](http://www.zingdad.com)) entnommen. Die Schritte sind offenbar zuerst in Form von Videos von Channelings durch Zingdad vorgelegt worden, die in eine Reihe von davor aufgenommenen Botschaften gehören. Adamu fordert Dich auf, zunächst die Videos anzusehen, die den hier abgedruckten Durchsagen vorausgehen.

Es ist mir leider nicht möglich, die Videoinhalte darzustellen. Wir (Du) beginnen also genau da, wo Adamu den ersten der sechs heiligen Schritte erläutert.

Die Texte sind von englisch in deutsch übersetzt und ich bin froh, sie ausfindig gemacht zu haben. Eine so kompakte Darstellung wie in diesem Buch habe ich bisher nicht in deutscher Sprache gefunden.

Allein das rechtfertigt es, sie in diesem Band einmal komplett zu veröffentlichen.

Bitte stelle Dich nun auf die Durchsagen von Adamu ein.



## 13. Kapitel

# Adamu – 1. Schritt: Annehmen

Veröffentlicht am 22. Juli 2016

### Adamu spricht

In diesem 8. Video der Reihe „Adamu spricht“ fährt Adamu fort, wo er beim letzten Mal mit seinen Erklärungen aufgehört hat, WIE wir das Einheitsbewusstsein erlangen können. Er teilt mit uns den ersten der sechs Heiligen Schritte, das Annehmen. (Zingdad)

---

Seid begrüßt, meine Freunde

wir setzen nun die Erörterung der sechs Heiligen Schritte fort. Bitte stellt sicher, dass ihr die vorherigen Folgen der Reihe „Adamu spricht“ gesehen/gelesen habt, denn dieser Beitrag ist eine Fortsetzung, die darauf aufbaut.

### Annehmen

Der erste der sechs Heiligen Schritte heißt „Annehmen“. Aber auch wenn das Annehmen der erste der sechs Heiligen Schritte ist, so ist es doch weitaus mehr als nur ein Schritt. Das Annehmen ist sowohl das Portal als auch der Weg. Seht ihr, das Annehmen bringt euch vom Dualitätsbewusstsein auf dieser Seite in das Einheitsbewusstsein auf der anderen Seite. Vom Opfer-Bewusstsein auf dieser Seite in das Schöpfer/in-Bewusstsein auf der anderen Seite. Und deshalb sage ich, dass es ein Portal ist. Aber weil ihr lernen müsst, im Annehmen zu LEBEN, anstatt es (manchmal) zu wählen, ist es viel mehr als nur der Zugang. Es ist auch der Weg. Es ist von entscheidender Bedeutung, wenn ihr euch über das Opfer-Bewusstsein erheben wollt, euch über die Dramen erheben und das Einheitsbewusstsein erlangen wollt, ... dass ihr in euch selbst das vollständige Annehmen entdeckt und lernt, den Weg des Annehmens zu leben.

Das Annehmen ist eine unglaublich mächtige Sache.

Solltet ihr nicht bereits Lebenszeiten mit dem Meistern des Annehmens verbracht haben, dann wird es viel Übung und Anstrengung eurerseits bedürfen, das Annehmen jetzt zu meistern. Manchmal werdet ihr stolpern und etwas falsch machen. Akzeptiert das. Nehmt es an, dass ihr noch nicht „da“ seid. Nehmt es an, dass ihr euch auf einer Reise befindet. Und nehmt auch an, dass ihr sicherlich dort ankommen werdet, wenn ihr den Kurs haltet. Was ihr, natürlich, tun müsst. Denn es gibt wirklich nichts, wo ihr hingehen könntet als nach Hause in das Einssein. Und das Annehmen, ist, wie ich schon sagte, das Portal und der Weg, der euch nach Hause bringt.

Wir lernen am besten durch unsere eigenen Erfahrungen. Also werde ich mich auf eure eigenen Erfahrungen berufen, um euch das Annehmen zu vermitteln. Bitte spielt deshalb den folgenden Prozess mit mir durch.

Zum Einstieg möchte ich euch jetzt bitten, euch ein größeres Drama aus eurem Leben hervorzuholen.

Ergänzt den Satz:

„Ich werde nur sein glücklich, wenn...“

Denkt jetzt an einige größere Dinge in eurem Leben, von denen ihr glaubt, dass sie sich verändern müssen, bevor ihr Erfüllung finden könnt.

Haltet jetzt dieses Video an bzw. legt den Text beiseite, und findet ein solches Thema. Wenn ihr dieses Problem identifiziert habt, beendet für euch selbst den Satz. Danach könnt ihr weitermachen.

< Pause.>

Gut. Ihr habt also ein Drama in eurem eigenen Leben identifiziert. Nun werden wir ein kurzes Stück gemeinsam gehen. Lasst mich euch sagen, dass die Umstände eures Dramas GENAU das sein werden, was euch passieren wird, wenn ihr an den Überzeugungen/Glaubenssätzen, die ihr über euch selbst habt, festhaltet.

Wenn ein Bewusstseinsteilchen ins Leben tritt und die Erfahrungen hat, die ihr gehabt habt und zu den Glaubenssätzen kommt, zu denen ihr gelangt seid... dann wird es GENAU dieses Drama erfahren.

Das kann nicht anders sein.

Das ist so, weil eure tiefsten Überzeugungen/Glaubenssätze alle eure Entscheidungen prägen. Von den Umständen eurer Geburt, wer eure Eltern sein werden, wie ihr aufwachsen werdet... all jene prägenden Erfahrungen... bis hin zu den Dingen, in denen ihr denkt, dass ihr gut seid, den Dingen, von denen ihr denkt, sie nicht zu können, den Menschen, mit denen ihr euch umgibt... ist alles, und ich meines alles, was ihr wählt und weiterhin wählen werdet, durch eure Glaubenssätze gefiltert. Und was ihr glaubt und wählt, ist... wo eure Lebensenergie hingehet. Und wo eure Energie hingehet, da geht auch ihr hin. Kurz gesagt, meine Freunde, das Leben wird euch immer die Auswirkungen eurer eigenen tiefsten Glaubenssätze spiegeln.

Und wenn ihr eine Reihe von Lebenszeiten in der Dualität verbracht habt, dann ist es eine absolut garantierte Tatsache, dass ihr viele Schichten von Glaubenssätzen aufgebaut habt, in denen es um Trennung geht. Ihr werdet Angst, Schmerz, Wut und Verlust direkt in euer Glaubenssystem integriert haben. Und so wird euch das Leben das widerspiegeln. Ihr werdet multiple Schichten von Dramen in eurem Leben sehen, angefangen bei den globalen, den nationalen und den gesellschaftlichen bis hin zu den familiären und den persönlichen. Sie alle werden sich ständig in eurem Leben entfalten.

Nun könnt ihr euch mit den Dramen beschäftigen... ihr könnt weiterhin wünschen, die Dinge wären anders als sie sind... ihr könnt weiterhin versuchen, sie zu verändern...

doch die Dramen an sich werden sich so lange wiederholen, bis ihr soweit kommt, den zugrunde liegenden Glaubenssatz zu ändern, an dem ihr über euch selbst festhaltet und der tatsächlich das Drama einlädt.

Meine Freunde, es ist ungeheuer wichtig, dass ihr dies versteht! Euer Drama erscheint nicht zufällig durch irgendeinen Unfall oder ein Missgeschick. Ihr erschafft es, ladet es ein und bringt es euch selbst. Und die Mittel der Anziehung sind ein Element dessen, was ihr über euch selbst glaubt.

Im Grunde werden wir uns **HIERMIT** beschäftigen. Die sechs Heiligen Schritte sind eigentlich ein Mittel zur Heilung eures Glaubens über euch. Wir beginnen zunächst die Glaubenssätze zu identifizieren, die irgendwo in den tiefen Abgründen eures Geistes verborgen sind und die euch schaden, und dann gehen wir zur Arbeit über, den jeweiligen Glaubenssatz zu heilen und durch etwas unendlich Liebevolleres und Ermächtigenderes zu ersetzen. In diesem Prozess werdet ihr entdecken, wie fundamental zutreffend es ist, dass **IHR** die Schöpfer/innen eurer gesamten Wirklichkeit seid. Denn ihr werdet aus erster Hand und anlässlich eurer eigenen Lebens-Erfahrung **SEHEN**, dass, indem ihr euren Glauben über euch heilt, sich die ganze Welt für euch verändert. Da, wo ihr euer ganzes Leben gestrampelt, gekämpft und versagt habt, um Dinge zu bessern, weil ihr in das Drama verstrickt wart,... werdet ihr nun plötzlich feststellen, dass sich das Drama von selbst ändert, indem ihr euch ändert. Das Leben um euch herum heilt sich selbst, indem ihr euren Glauben über euch heilt.

Das also tun wir. Doch wir können nicht mit dem Problem arbeiten, solange ihr an einer Fehldeutung des Problems festhaltet.

Lasst mich das erläutern. Angenommen, ihr schaut in den Spiegel und der Spiegel zeigt euch, dass eure Frisur völlig schief ist, dann würdet ihr nicht versuchen, den Spiegel zu verändern, stimmt's? Eine gestylte Frisur auf das Glas malen. Nun, das Drama ist wie euer Spiegelbild. Es zeigt euch einfach mit absoluter Klarheit etwas, was in eurer eigenen Psyche vorgeht, dessen ihr euch nicht gewahr seid. Es macht also ebenso wenig Sinn zu versuchen, das Drama zu verändern... die äußeren Umstände... wie zu versuchen, die Haare in eurem Spiegelbild zu richten.

Ihr werdet die Spiegelung nutzen wollen, um euer Haar zu frisieren. Und wie durch ein Wunder werdet ihr feststellen, dass auch das Haar im Spiegelbild frisiert ist. Auf genau die gleiche Weise werdet ihr also das Drama **NUTZEN**, um zu verstehen, was in euch selbst vorgeht... um dann eure eigene innere Landschaft zu verändern... und dann **WERDET** ihr wie durch ein Wunder sehen, wie sich das Drama verändert. Oder völlig wegfällt.

Dies ist das Prinzip. Jetzt also werdet ihr verstehen, dass es keinen Sinn macht über ein Spiegelbild verärgert zu sein. Es ist **BLOSS** eine Spiegelung. Es nützt nichts, sich dagegen zu wehren und darauf zu bestehen, es müsse anders sein als es ist. Das Spiegelbild **IST** einfach. So sieht es im Spiegel aus, wenn ihr seid wer ihr seid.

In gleicher Weise **IST** euer Drama einfach. Und es gibt keinen Grund, darüber wütend, traurig oder verärgert zu sein. Der erste Schritt, der befreiende Schritt, der Schritt, der die Tür öffnet und es uns ermöglicht, tatsächlich dazu überzugehen, etwas Gutes zu tun und einige wirkliche Veränderung hervorzubringen...

... ist das Drama anzunehmen. Zu akzeptieren, dass die Dinge sind, wie sie sind, wenn ihr seid wie ihr seid.

So, und nun werdet ihr einen Schritt tun, der seltsam und vielleicht zunächst unangenehm erscheint. Um mit der Spiegel-Metapher fortzufahren, wird dies so ähnlich sein, dass ihr einfach still steht und in den Spiegel BLICKT. Euch einen Augenblick Zeit nehmt, um einfach nur zu beobachten. Ihr werdet etwas Ähnliches sagen wie: „SO ALSO sehen meine Haare jetzt aus.“ Ohne Urteil, ohne Kritik. Nur eine einfache Feststellung. Ich spreche davon, das, was sich im Spiegel zeigt, anzunehmen.

Haltet euch also jetzt wieder euer Drama vor Augen. Doch dieses Mal werdet ihr eure Aussage ändern. Dieses Mal werdet ihr euer Drama in die folgende Aussage einbetten:

„Ich wähle anzunehmen/zu akzeptieren, dass (was auch immer euer Drama ist) sich genau jetzt weiterhin in meinem Leben abspielen wird, weil dies eine genaue Spiegelung meiner Glaubenssätze ist.“

Bitte nehmt euch wieder Zeit, das Video anzuhalten bzw. euren Text beiseite zu legen, um eure Aussage zu formulieren, damit sie eure Situation richtig widerspiegelt. Macht das bitte. Und bitte, dies ist wichtig, sagt die Erklärung laut zu euch selbst. Tut dies jetzt.

< Pause.>

Nun, wie fühlte sich das an? Seltsam? Fühlte es sich an, als würdet ihr euch selbst belügen? Fühlte es sich an, als ob ihr die Worte sagtet, sie aber nicht fühltet? Oder fühlte es sich seltsam befreiend und ermächtigend an?

Freunde, wie immer es sich anfühlte, ist es wirklich in Ordnung. Ihr befindet euch mit mir auf einer Reise. Und wir müssen nicht mit dem ersten Schritt am Ziel ankommen. Zerbrecht euch also nicht übermäßig den Kopf, wie ihr euch bezüglich dieser Aussage fühlt. Nehmt es zur Kenntnis. Nehmt es an/akzeptiert es. Denn alles, was ihr an dieser Stelle braucht, ist eure soeben getroffene Aussage, dass ihr dieses Drama annehmt. Seht ihr, der Grad, in dem ihr das Drama NICHT annehmt, ist das Ausmaß, in dem es sich außerhalb von euch befindet. Alles, was sich außerhalb von euch befindet, ist außerhalb eurer Kontrolle. Ihr könnt nichts erschaffen, was außerhalb eurer Kontrolle ist. Dem gegenüber seid ihr ein Opfer. Wir tun jetzt also Folgendes. Wir nehmen diese Situation an. Das bringt die Situation nach Hause. Das Drama und seine Ursache bewegen sich in euch hinein. Wenn ihr das annehmt, gehört es zu euch. Wenn es zu euch gehört und sich in eurem Inneren befindet, dann könnt ihr wissen, dass ihr es erschaffen habt. Dann könnt ihr es anders erschaffen.

Seht ihr nun, warum der erste Schritt, der allerwichtigste Schritt, das Annehmen ist?

Es gibt fünf weitere Schritte und in diesen fünf Schritten schauen wir uns den Prozess an, wie wir tatsächlich die Haare im Spiegel bürsten. Aber zuerst müsst IHR vollständig annehmen. Dies also ist die Arbeit für euch ab jetzt bis zum nächsten Beitrag dieser Reihe. Ich bitte euch dringend, dass ihr euch die Zeit nehmt. Nehmt euch einige Tage oder länger. Nehmt euch die Zeit, wirklich in dem Drama zu sein.

Sagt laut zu euch selbst, dass ihr das Drama annehmt. Denkt es. Fühlt es. Gestattet dem Drama, sich euch in seinen Facetten zu zeigen, sodass ihr jedes einzelne Teil davon annehmen könnt. Wenn ihr WISST, dass ihr es annehmt wie es ist, dann seid ihr bereit weiterzugehen.

Mit dem Material weiterzumachen bevor ihr bereit seid, bringt einfach nichts. Ohne anzunehmen erschafft ihr nicht. Dann reagiert ihr einfach bloß wie ihr es immer getan habt... als ein Opfer, das nur versucht, den Folgen seiner Wahlentscheidungen aus dem Weg zu gehen. Dann wird dieser Prozess einfach nicht funktionieren, und ihr werdet am Ende sagen: „Aber es hat sich nichts verändert!“ Ihr werdet denken, der Prozess sei fehlerhaft. Das alles nur, weil ihr euch nicht so lange mit dem Prozess des Annehmens beschäftigt habt, bis ihr ihn wirklich verstanden habt.

Das also, meine Freunde, ist eure Hausaufgabe. Schreibt bitte eure Aussage zum Annehmen des Dramas auf. Wiederholt dann für euch selbst ständig diese Aussage des Annehmens und seht, wie sich das Drama euch immer wieder anders zeigt, je mehr ihr langsam zum Annehmen kommt.

Nehmt zur Kenntnis, wie sich das Drama anfühlt, als würde es sich von „außerhalb von euch“ auf euch zu bewegen, bis es sich schließlich „innen“ in euch wiederfindet. Beobachtet, wie sich eure Gefühle dazu verändern. Beobachtet, wie sich, obwohl sich das Drama nicht notwendigerweise verändert, die Art und Weise verändert, wie ihr es fühlt. Wie ihr friedvoller, mehr in eurer Mitte und ruhiger werdet.

Dies ist der Prozess des Annehmens.

Annehmen stellt sich ein, wenn ihr dem Drama keinen Widerstand leistet. Ihr verlangt nicht, dass es anders sein muss.

Annehmen stellt sich ein, wenn ihr weder das Drama noch euch selbst noch die anderen Spieler darin beurteilt. Niemand ist falsch oder gebrochen. Es ist nur ein Drama.

Annehmen stellt sich ein, wenn ihr von der Anhaftung loslasst, das Leben müsse anders sein als es ist. Das Leben IST so, wie es ist, wenn ihr so seid wie ihr seid. Das Leben IST.

Annehmen stellt sich ein, wenn ihr über das Vergeben hinausgelangt bis zu dem Punkt, wo ihr realisiert, dass es in der Tat nichts zu vergeben gibt.

Ihr habt gewählt, einen kleinen Schritt in die Richtung des Annehmens zu gehen, indem ihr wählt, eins eurer Dramen anzunehmen. Meine Hochachtung. Dies ist der erste Schritt und nun seid ihr auf dem Weg.

Nun, meine Freunde, wenn ich euch alle in einem spirituellen Retreat auf einer Bergspitze unterbringen könnte, könnten wir nur mit dem Konzept der Annehmens viele Jahre arbeiten, bevor das Thema auch nur annähernd erschöpft wäre. Und ihr könntet, wie ich schon andeutete, viele inkarnierte Lebenszeiten mit der Erfahrung verbringen, das Annehmen zu meistern. Was ich euch also heute in diesem Beitrag angeboten habe, ist die aller kürzeste Beschreibung, was Annehmen heißt und wie es sein könnte, im Annehmen zu leben.

Jetzt liegt es an EUCH, dieses Prinzip zu leben. Diesen Samen genannt Annehmen zu nehmen und zu pflegen, sodass er vielleicht wachsen und in eurer Seele erblühen kann. Euer Ziel ist es zu lernen, nicht nur dieses Drama, sondern alle eure Dramen anzunehmen. Nicht nur alle eure Dramen, sondern das Prinzip des Dramas an sich. Und nicht nur bloß des Dramas... sondern allen Lebens. Meine lieben Freunde – ihr werdet in absehbarer Zeit dorthin gelangen. Ihr werdet alle dahin kommen, vollkommen, vollständig und ganz das gesamte Leben anzunehmen. Und wenn ihr dies tut, dann werdet ihr herrlich sein. Ihr werdet ein reines, helles Lichtwesen von unbegrenzter Kapazität und Schöpferkraft sein. Das liegt vor euch auf dem Weg des Annehmens.

Bevor ich euch jetzt verlasse, gibt es einige Dinge, die ich euch an dieser Stelle der Reise dringend ans Herz legen möchte:

Das erste ist, dass ihr jeden Tag einige Zeit für euer spirituelles Wachstum einplanen müsst. Einige Zeit, um im Augenblick des JETZT zu sein. Um zu meditieren. Wenn ihr nicht wisst, wie das geht, dann gibt es Hilfe. Ihr könnt eine Einweisung bekommen und ihr könnt angeleitet werden. Aber nehmt euch jeden Tag Zeit, euch zu zentrieren und auf eure Seele zu hören.

Das zweite ist, dass ihr euch regelmäßig etwas Zeit nehmt, um die Verantwortung für euer Leben zu übernehmen. Dies ist eine Zeit, die ihr entweder allein oder mit einer/einem oder mehreren anderen vertrauenswürdigen und geliebten Menschen verbringt, in der ihr darüber redet oder nachdenkt, wohin ihr mit eurem Leben wollt. Über eure Ziele und Sehnsüchte. Dies ist die Zeit, in der ihr etwas über euch selbst und eure Dramen lernt. In der ihr euch Ziele für eure Heilung und euer Wachstum erstellt. In der ihr auf den Weg zurückblickt, den ihr gegangen seid und feststellt, wie er verlief und für euch selbst lernt, welche Wahlen funktionieren und welche nicht.

Es ist besonders vorteilhaft, wenn ihr euch in Gruppen gleichgesinnter Seelen treffen und diskutieren könnt. Findet Menschen, die sich auf einer ähnlichen Wellenlänge befinden, sodass ihr gemeinsam lehren und lernen könnt.

Und damit, meine lieben Freunde, muss ich euch für jetzt verlassen. Als Nächstes werde ich auf den zweiten der sechs Heiligen Schritte eingehen. Die Absicht.

Ich liebe euch mit dem Herzen des Einsseins.

Ich bin Adamu aus der Monaden-Einheit der Plejaden-Zivilisation.

## 14. Kapitel

# Adamu – 2. Schritt: Absicht

*Endlich das seit langem erwartete Update von Adamu! Und was für ein beachtliches Update!*

*In diesem Video stellt Adamu den zweiten der sechs Heiligen Schritte vor:*

*Die Absicht.*

*Er lehrt uns, WIE wir eine Absicht bekunden, sodass sie sich manifestiert.*

*Er teilt mit uns, was diejenigen, die „das Gesetz der Anziehung“ lehren, oft falsch machen.*

*Adamu stellt das Bekunden einer Absicht in einen größeren Zusammenhang... und welche Schritte dazu gehören, die wir alle durchführen können, um unser Leben, unsere Erfahrungen und unsere Wirklichkeit zu verändern.*

*Erfahren Sie etwas über den Universalen Willen... und seine grundlegende Bedeutung, damit Ihre Absichten Früchte tragen. Erfahren Sie, wie Sie das Ausrichten Ihres Willens auf den Universalen Willen davor schützen kann, unbeabsichtigte negative und schmerzliche Konsequenzen zu erschaffen. Erfahren Sie, wie Sie eine Absichtserklärung richtig formulieren, sodass sie eine fast „magische“ Energie gewinnt.*

*Wenn Sie das Bekunden einer Absicht verstehen, sind Sie bereit, Ihre Absichten zu ermächtigen, sodass sie Früchte tragen. Die restlichen vier der sechs Heiligen Schritte werden genau das vermitteln... (Zingdad)*

---

### **Adamu:**

Meine lieben Freunde, es ist meine tiefste Freude euch erneut zu begrüßen und euch die nächste Fortsetzung der sechs Heiligen Schritte zu bringen.

Ich bin Adamu aus der Monaden-Entität der Plejaden-Zivilisation und spreche nun mit euch in einem gechannelten Gespräch durch meinen lieben jungen Freund Zingdad.

Wenn dies das erste Mal ist, dass ihr etwas von mir hört/lest, dann empfehle ich euch hier zu unterbrechen und zuerst die gesamte „Adamu Spricht“-Serie der Reihe nach als Video anzuschauen oder in der Transkription zu lesen. Jede Folge baut ziemlich sicher auf der vorherigen auf.

Solltet ihr andererseits diese Serie von Anfang an mitverfolgt haben, dann ist euch wahrscheinlich die lange Pause zwischen dieser Aufnahme und der vorherigen aufgefallen. Aus eurer Sicht werden es mehrere Jahre gewesen sein, seit ich zuletzt zu euch durch Zingdad mit euch gesprochen habe. Am Ende dieses Gesprächs

werde ich euch sagen, warum diese Unterbrechung notwendig war, denn dies leitet zu einigen wichtigen Informationen über, die ich mit euch teilen möchte.

Doch jetzt möchte ich gern sofort auf den zweiten der sechs Heiligen Schritte zu sprechen kommen, die Absicht.

Das Bekunden einer Absicht ist tatsächlich relativ einfach. Aber so einfach wie es ist, wird es oft nicht richtig gemacht und reicht von keinem Ergebnis bis hin zu einem völlig katastrophalen selbstzerstörerischen Ausgang.

Wenn wir lebens-positive, freudige Ausgänge erzielen möchten, dann müssen wir lernen, unsere Absichten richtig zu bekunden.

Und das möchte ich heute mit euch teilen.

Es gibt wirklich vier wesentliche Aspekte, die ihr bei der Bekundung eurer Absichten im Auge halten müsst.

Der erste ist, dass **die Absicht nur ein Teil der Magie ist.**

Der Zweck der sechs Heiligen Schritte ist es, einen Teil eures Lebens oder eurer Erfahrung eures Lebens zu transformieren. Es geht um die Neuerschaffung eurer Wirklichkeit. Leider gibt es viele, die völlig abwegig lehren, dass das Bekunden einer Absicht an sich ausreicht, um eine Veränderung in eurem Leben herbeizuführen. Dass ihr durch die Konzentration auf einen positiven Gedanken das, worauf ihr euch in euren Gedanken fokussiert, magnetisiert oder herbeizieht.

Meine Freunde, gewiss **gibt** es ein Gesetz der Anziehung. Doch das Gesetz legt nicht fest, dass eure Gedanken sich auf magische Weise manifestieren. Wenn dem so wäre, dann wäre den Leuten schon längst aufgefallen, dass jeder ihrer Wünsche wahr wird. Dann gäbe es darüber eine tiefe Volksweisheit oder Religionswahrheiten. Aber das Gegenteil trifft zu. In jeder Kultur gibt es eine Redensart, die andeutet: „Wenn Wünsche Pferde wären, dann würden Bettler reiten.“ Oder platt gesagt, Wünschen funktioniert nicht.

Wie aber funktioniert nun das Gesetz der Anziehung wirklich? Ich werde es euch sagen. Es funktioniert wie alles andere auf der Basis der fundamentalen Wahrheit, dass alles eins ist. Das heißt, dass jede/r andere ein anderes Selbst ist. Was ihr also anderen tut, das tut ihr für euch selbst. Und die logische Folge dieser Wahrheit ist, dass ihr bei allem, was ihr für euch selbst in großen Mengen anziehen wollt, damit anfangen müsst, es zumindest in kleinen Mengen dem Leben gegenüber auszudrücken oder ihm zu geben.

Nun lasst uns das anschauen. Falls dies zutrifft, dann müsste es sich in der kulturellen Weisheit und in den alten Religionswahrheiten widerspiegeln. Ist das so? Nun, ja, ich würde unbedingt sagen, dass es so ist. Dies ist die Basis der goldenen Regel, die in jede einzelne Religion auf der Welt eingebettet ist. Die goldene Regel lautet: „*Behandle andere so, wie du selbst behandelt werden möchtest.*“ Davon habt ihr sicherlich gehört, nicht wahr? Und diese grundlegende Wahrheit hallt auch durch die Volksweisheit. Jede/r weiß im Grunde: „*Was du aussendest, kommt zu dir zurück.*“ Wir alle wissen das... auch wenn wir nicht alle danach leben.



DAS also ist die Grundlage für das Gesetz der Anziehung.

Das Gesetz der der Anziehung lautet wie folgt:

*„Was du dem Leben gegenüber zum Ausdruck bringst, wird durch den Universalen Willen vervielfältigt und dann an dich zurückgegeben.“*

Genau da habt ihr das Gesetz der Anziehung.

Dabei gibt es zwei wichtige Aspekte des Gesetzes der Anziehung. Das, was ihr zum Ausdruck bringt, und der Universale Wille. Wir werden gleich mehr zum Universalen Willen sagen. Zunächst möchte ich mich auf den ersten Teil konzentrieren. Das, was ihr zum Ausdruck bringt. Seht ihr, meine Freunde, ihr könnt nicht einfach mit der Absicht im Kopf dasitzen. Ihr müsst eure Absicht zum Ausdruck bringen. Ihr müsst sie energetisieren, um die Magie in Fluss zu bringen.

Auf der Wirklichkeitsebene, auf der ihr euch jetzt befindet, wird Schöpfung nicht allein auf Grund von Gedanken erfolgen. Und das ist für euch sehr, sehr günstig. Stellt euch vor, das wäre so. Jede Angst, jede Unruhe und jede Sorge in eurem Leben würden sich zu manifestieren beginnen. Die meisten Leute sorgen sich weitaus mehr als positive Absichten zu bekunden. Deshalb werden alle jene, die sich auf der Bewusstseinsebene befinden, auf der ihr derzeit seid, grundsätzlich davor geschützt, dass sich ihre Gedanken sofort umsetzen. Auf dieser Bewusstseinsebene, müsst ihr eure Absichten **ermächtigen**, damit sie zum Tragen kommen. Und ich werde euch zu gegebener Zeit unterweisen, wie ihr das genau anstellt. Doch jetzt möchte ich, dass ihr versteht, dass Absicht allein keine Magie hat.

Soll ich es euch beweisen? Wenn ihr morgen früh in eurem Bett aufwacht, möchte ich euch gern bitten, dort liegen zu bleiben ohne einen Muskel zu bewegen und euch auf die Absicht zu konzentrieren aufzustehen. Liegt einfach dort und beabsichtigt es mit all eurer Kraft. Seht ihr, wie lange es dauern wird, bevor ihr euch tatsächlich vor dem Bett befindet.

Seht ihr? Absicht ist nicht die Magie. Eine Absicht ist so viel wie eine Nadel in eine Landkarte zu stecken. Ihr sagt: „Ich gehe DORTHIN“. Doch die Leute unterliegen dem grundlegenden Irrtum zu denken, dass das Setzen der Nadel ihnen bereits signalisiert am Zielort zu sein.

Oder dass jemand anderes anfangen wird, sie auf magische Weise dorthin zu tragen.

Ich sage es noch einmal. Jetzt seid ihr geschützt, dass das passiert. Ihr seid in keinem Zustand eurer geistigen Entwicklung, in dem euer Geist so vollständig diszipliniert ist und so vollständig unter eurer Kontrolle ist, dass ihr **nur** solche Gedanken denken könnt, die euch dienlich sind. Ihr seid dafür anfällig, einige sehr kontraproduktive und selbstzerstörerische Gedanken zu erschaffen. Deshalb ist es euch nicht gestattet, dass sich eure Gedanken automatisch zu manifestieren beginnen. Ihr müsst diese Gedanken **ermächtigen**, bevor sie zum Tragen kommen können.

Doch ich möchte nicht, dass ihr nun zu dem Schluss kommt, dass das Bekunden einer Absicht nicht sehr, sehr wichtig sei.

Wenn ihr im Bett liegt und überhaupt keine Absicht habt aufzustehen... dann müsst ihr tatsächlich von jemand anderem aus dem Bett gezwungen werden.

Ich sage, dass das Bekunden einer Absicht ein wichtiger Teil eines größeren Prozesses ist. Es ist der zweite von sechs Heiligen Schritten. Es ist nicht die gesamte Magie. Aber ohne es gibt es keine Magie.

Und mit Magie meine ich unerwartet starke Veränderungen in euren Erfahrungen. Genau das.

Der nächste Aspekt, den ich ansprechen möchte ist, dass es einen **Kraftverstärker, Universaler Wille genannt**, gibt. Wenn sich eure Absicht in Übereinstimmung mit dem Universalen Willen befindet, dann wird sich das ganze Universum verschwören, um euch zu unterstützen, dass eure Absicht Früchte trägt. Wenn eure Absicht dem Universalen Willen zuwiderläuft, dann steht ihr wirklich gegen das Universum. Nichts wird passieren. Und natürlich gibt es ein ganzes Meer von Grauzonen zwischen diesen beiden Extremen. Aber es ist offensichtlich, dass, je näher sich eure Absicht am Universalen Willen ausrichtet, desto geringer der Aufwand sein wird, den ihr, ihr selbst, habt, um sie zu verwirklichen.

Ich möchte euch ein Beispiel geben. Stellt euch vor, ihr liegt wieder in eurem Bett und es ist eure Absicht, aus dem Bett zu rollen und auf den Boden zu fallen. Es ist offensichtlich, dass die Schwerkraft, solange ihr inkarniert seid, für euren Körper ein Teil des Universalen Willens ist. So wird euch also der allerwinzigste Anstoß eurer Arme hinüberrollen lassen und... BUMS... kommt eure Absicht nur mit dem kleinen Finger zum Tragen.

Wenn es dagegen eure Absicht war, aus dem Bett zu rollen und zur Decke zu fallen... naja... dann werdet ihr feststellen, dass es einigen tiefgreifenden Aufwand eurerseits benötigt, um diese Absicht hinreichend zu ermächtigen. Vielleicht könntet ihr euren Geist durch eine jahrzehntelange Meditation soweit disziplinieren, dass ihr schweben lernt. Vielleicht könntet ihr euch auch einen Raketenrucksack bauen. Oder irgendeinen anderen gewaltigen Anstrengungsaufwand betreiben, um das gewünschte Ergebnis zu erzielen.

Mein Beispiel ist vielleicht ein wenig verrückt. Aber nur, weil es offensichtlich ist, dass die Schwerkraft in die Richtung nach unten zieht. Der Universale Wille ist in vielen Fällen etwas weniger offensichtlich. Wie würdet ihr wissen, ob es in Übereinstimmung mit dem Universalen Willen ist, dass ihr den Job bekommt, auf den ihr hofft? Oder die Beförderung? Oder jener Person eurer Träume begegnet? Wie würdet ihr wissen, was der Universale Wille im Hinblick auf die Verbesserung eurer Gesundheit ist? Eurer Beziehung zu anderen? Eurer Beziehung zu euch selbst? Und so weiter...

Wenn ihr irgendetwas davon tatsächlich wisst, dann deshalb, weil ihr in Verbindung mit eurem Inneren Selbst seid. Das geschieht in der Regel über das Portal eures Herzens. Und da euer Inneres Selbst ein Wesen ist, das weiß, dass es eins mit dem Einssein ist, ist euer Inneres Selbst mit dem Universalen Willen verbunden.

Wenn ihr nicht wisst, WIE ihr dies tun könnt... wie ihr euch mit eurem Inneren Selbst verbindet, dann habe ich euch am Ende dieses Beitrags einige sehr interessante

Informationen mitzuteilen. Das hängt mit der langen Pause zwischen dieser und der vorherigen Aufzeichnung zusammen. Wartet bitte so lange.

Das Ausrichten auf den Willen des EINEN... oder den Universalen Willen, wie ich ihn genannt habe... ist mit der beste Weg, sicherzustellen, dass eure Absicht zum Tragen kommt.

Doch es gibt noch einen weiteren ebenso wichtigen Grund, sich auf den Universalen Willen auszurichten. Und dies ist der dritte Aspekt.

Wenn ihr euch auf den Willen des EINEN ausrichtet, dann richtet ihr euch auf das höchste Gute aus. Der Universale Wille bietet euch Schutz, Heilung, Liebe und Freude.

Ich werde euch erklären, auf welche Art und Weise euch der Universale Wille schützt. Stellt euch für einen Augenblick vor, dass jemand euch wirklich wütend machte. Stellt euch vor, ihr reagiert darauf, indem ihr ihm/ihr alle Arten von Qualen wünscht. Mundgeruch, Hämorrhoiden und Niednägel (*It. Duden: am Fingernagel losgelöste Hautstückchen, K.E.*).

Das würdet ihr nur aus der kindlichsten Art von Unwissenheit heraus tun. Denn selbst nur wenig entwickelte Wesen wissen: Was ihr einem anderen zufügt, fügt ihr auch euch selbst zu. Anderen Schmerzen und Leiden zu erschaffen, wird also direkt zu Schmerzen und Leiden für euch selbst führen.

Die gute Sache daran ist, dass es niemals in Übereinstimmung mit den Universalen Willen ist, jemandem auch nur ein Jota mehr Schmerz und Leid zu verursachen, als für das höchste Gute nötig ist. Damit meine ich, dass es der Universale Wille zulassen wird, dass ihr euch verletzt, wenn das Verletztwerden der beste Weg für euch ist, etwas Wichtiges für euer eigenes Wachstum zu lernen. Wenn ihr wirklich, wirklich jemanden verletzen wollt, dann könnte euch gestattet werden, euch selbst zu verletzen, damit ihr lernen könnt, das nie wieder zu tun.

Der Universale Wille führt immer zum höchsten Guten von ALLEM. Und er wird immer zu Heilung, Liebe und Freude neigen.

Eine weitere Art wie der Universale Wille euch schützt ist, dass er euch hilft, schmerzhaft unbeabsichtigte Folgen zu vermeiden.

Ihr wisst, wenn man einer zufälligen Auswahl von Erdenmenschen einen Wunsch freistellen würde, dann würden sich wahrscheinlich 90 bis 95 % von ihnen Geld wünschen. Viel Geld. Millionen oder Milliarden. Oder einen endlosen Fluss von dem Zeug. Und zwar deshalb, weil der Großteil der Erdenmenschen auf die Ego-Magie hereingefallen ist, die an ihnen verübt wurde. Der Glaube, dass Geld tatsächlich an und für sich einen Wert darstellt. Der Glaube, dass ihr alles, was ihr wollt und braucht, bekommen könnt, sofern ihr nur genug davon habt. Und da sie diesen Glauben übernommen haben, sind sie bereit, ihre kostbare Zeit auf Erden, ihre Gesundheit, ihren Frieden, ihre Freude... so ziemlich alles, was sie auch nur wertschätzen und lieben... für Geld herzugeben. Daher ist es vermutlich verständlich, dass die Leute denken, das Wertvollste in der Welt sei Geld. Und es ist vermutlich verständlich, dass ihre Wünsche sich alle auf mehr Geld beziehen.

Aber wovon diese Mehrheit absolut null Ahnung hat, ist das große Paket schmerzhafter unbeabsichtigter Folgen, die sich zusammen mit ihrem erfüllten Wunsch einstellen würden. Sollten diese Menschen plötzlich Millionen und Abermillionen bar auf die Hand bekommen... dann würden sie schnell erkennen, dass es eher ein Fluch als ein Segen ist. Sie würden sehen, wie ihre gesamte Sozialstruktur durch Neid, Eifersucht und Gier zerstört wird. Wie es ihnen nicht länger möglich wäre, ihren Freundschaften zu vertrauen. Wie ihr Familienverband verdreht und vernichtet würde. Wie ihr Leben seinen Sinn verlieren würde. Und so weiter und so fort. Der tiefste Grund dafür ist, dass ein Wunsch nach einer Menge Geld kein verwurzelter Wunsch nach mehr Fülle ist. Es ist ein Wunsch für eine größere Ungleichheit zwischen dem Selbst und dem anderen. Denn das stellt ein Geldvermögen dar. Es ist eine Ungleichheit. Wenn ihr gewünscht hättet, dass JEDE/R plötzlich reich würde... dann würdet ihr sehen, dass dies überhaupt nicht dem entspricht, was ihr euch wünscht. Wenn die ganze Welt Millionen bekommt, dann sind die Millionen nichts wert. Denn das Geld hat keine Deckung. Sein Wert liegt nur in seiner Knappheit. Denn das Geld, wie es die Elite eurer Welt geschaffen hat, hat keine Deckung. Es wird direkt aus Schulden und allein aus Schulden erschaffen.

Ich nehme das Geld als Beispiel, weil es der am weitesten verbreitete solcher Fehler ist. Die Leute versuchen meistens, ihre schöpferischen Kräfte darauf zu verwenden, mehr Geld zu erschaffen. Und wenn sie es schaffen, zu erhalten, was sie sich gewünscht haben, dann sind sie am Ende bitter und unglücklich. Doch wenn ihr euren Willen an dem Universalen Willen ausrichtet, dann seid ihr davor geschützt. Euer Inneres Selbst wünscht sich nämlich WAHRE Fülle für euch. Damit meine ich: Euer Inneres Selbst wünscht sich, dass ihr alles haben sollt, was ihr braucht, um zu tun, was ihr tun müsst. Dazu auch alles, was ihr haben möchtet, was euch größere Freude bringt ohne euch zugleich zu schädigen. Euer Inneres Selbst wünscht das Beste für euch. Und euer Inneres Selbst weiß, dass ihr sehr oft selbst nicht wisst, was das Beste für euch ist. Also ist es für euch schicklich, euch nicht in Unstimmigkeit mit eurem Inneren Selbst zu befinden. Es ist euch am besten dienlich, euren Willen mit dem eures Inneren Selbst auszurichten... und daher mit dem (Willen) des Einen.

So also ist es in vielerlei Hinsicht, dass die Ausrichtung auf den Universalen Willen euch davor schützt, etwas selbstzerstörerisch zu erschaffen. Noch einmal, ihr richtet euch auf den Universalen Willen aus, indem ihr lernt, auf euer Inneres Selbst zu hören. Noch einmal, einige Informationen dazu werde ich am Ende unseres Gesprächs geben.

Der vierte und letzte Aspekt, an den ihr beim Bekunden einer Absicht denken solltet, ist, dass ihr euch **kristallklar darüber sein müsst, was eure Absicht ist**. Ihr müsst in der Lage sein, euch eure Absicht in einem geschliffenen und klaren Satz zu nennen. Und wenn ihr eure Absicht aussprecht, dann muss sie auch ein positives, ermächtigendes Gefühl in eurem Herzen hervorrufen.

Ich möchte euch ein Beispiel aus meiner eigenen Geschichte anbieten. Als eine Manifestation der Plejaden-Monade bin ich mir äußerst gewahr, dass Teile meiner Seelengruppe noch immer inkarniert sind. Viele Teile bewegen sich genau jetzt als lebendige plejadische Sternensaat unter euch auf dem Planeten Erde. Einige von denen, die diesen Beitrag hören/lesen, sind sehr wahrscheinlich solche Angehörigen

meiner Seelenfamilie. Vielleicht gehörst sogar du, liebe Zuhörerin/lieber Leser, auch dazu. Der Punkt ist, dass ich mir sehr gewahr bin, dass diese Fragmente meiner eigenen größeren Seele... diese anderen Selbste von mir... ziemlich oft sehr verletzt werden. Einige haben sich ziemlich verloren. Und wenn ich zu dem Licht des Göttlichen schaue, das aus meinem Inneren strahlt, dann fühle ich ein festes, klares Wissen, dass es richtig für mich ist, daran zu arbeiten, dass diese meine anderen Selbste geheilt, wieder eingegliedert und nach Hause geführt werden. Auf der grundlegendsten Ebene ist es richtig für mich, dies zu tun.

Und dieser vorhergehende Absatz ist meine Absicht.

Aber seht ihr, was für eine unbeholfene Erklärung das ist. Dass sie weder knackig noch klar ist. Dass es ziemlich schwierig für mich werden würde, mein ganzes Wesen hinter dieser Sammlung von Sätzen auszurichten?

Wie viel anders wäre es, wenn ich meine Absicht wie folgt fasste:

„Ich **bin** ein Agent der Wiedereingliederung für meine Geist-Wesenheit.“

Fühlt ihr's?

Fühlt die Kraft dahinter.

Es ist sowohl wahr und unbestreitbar. Es ist etwas, um danach zu leben und zu handeln. Klar. Prägnant. Eindeutig. In der ersten Person ausgedrückt. In der Gegenwart.

Es gibt kein „Ich werde dieses oder jenes“ oder schlimmer: „Ich will/möchte dies und das“ oder noch schlimmer: „Ich hoffe, dass dieses und jenes“. Keine Tatsachenverdrehung. Einfach die bloße Wahrheit.

Wenn du eine solche Absicht findest, mein lieber Freund/meine liebe Freundin, ist das so wie einen Zauberspruch zu finden. Du kannst fühlen, wie die Wörter voller Energie kribbeln. Sie fühlen sich an, als wollten sie dir von der Zunge springen und anfangen in der Welt zu handeln. Und das natürlich, weil du alle vier Aspekte, die heute ausgeführt wurden, richtig angewendet hast.

Du hast verstanden, dass Absicht zwar nicht die ganze Magie... doch ein unverzichtbarer Teil davon ist.

Würdest du dich auf den Universalen Willen ausgerichtet haben, wird der Kraftverstärker bereits Anstrengungen unternehmen, um dich zu unterstützen. Würdest du dich auf den Universalen Willen ausgerichtet haben, wirst du wissen, dass du vor den schädlichen Auswirkungen einer zerstörerischen Absicht geschützt bist. Du wirst wissen, dass deine Absicht zur Heilung, Liebe und Freude führt. Du wirst die Wahrheit davon fühlen.

Und du wirst deine Absicht auf eine klare und präzise Weise bekundet haben, die du ganz einfach mit deinem ganzen Sein ermächtigen kannst.

Wie ihr das tut, ist meine nächste Unterweisung für euch. Ich werde euch lehren, wie ihr eure Absichten ermächtigt. Wie ihr sie energetisiert und wahr werden lasst. Das tun wir mit dem Handeln, dem dritten Heiligen Schritt, der Visualisierung, dem vierten

und der Emotion, dem fünften Heiligen Schritt. Und dann schließlich verwenden wir den sechsten Schritt, die Beobachtung, um bei der Magie, die geschieht, dabei zu sein.

Ich freue mich, die Besonderheiten und Details zu diesen Themen in den folgenden Ausgaben der Reihe „Adamu spricht“ mit euch zu teilen.

Und jetzt bleibt nur noch eine Sache übrig, bevor wir diese Aufnahme zu Ende bringen.

Ich erwähnte bereits, dass ich einige Informationen für euch habe in Bezug darauf, wie ihr euch auf euer Inneres Selbst ausrichten könnt... und somit auf den Universalen Willen ausrichtet.

Es gibt zwei Möglichkeiten, dies zu tun. Die erste ist, euren eigenen Weg zu gehen. Euch mit Hilfe von Disziplinen wie Meditation, Körperarbeit, Atemarbeit und so weiter in einen Zustand der tiefen, friedvollen Stille zu bringen. Über das Üben tiefer Selbstliebe euer Herz-Portal zu öffnen. Und dann im Licht eures eigenen göttlichen Selbstes zu stehen und zu einem klaren Wissen zu gelangen, was euer Inneres Selbst für sich beabsichtigte... warum es sich als DU inkarniert hat. Wenn ihr dies wisst... und wenn ihr auf diese Weise auf euer Inneres Selbst ausgerichtet seid... dann werdet ihr in der Lage sein, den Universalen Willen ganz leicht für euch selbst zu erkennen.

Und das Schöne daran ist, dass ihr dann in der Lage seid, andere zu lehren dies ebenfalls zu tun.

Das ist der eine Weg. Der andere Weg besteht darin, jemanden zu finden, der einen solchen Weg bearbeitet hat, um euch zu lehren und zu leiten. Es gibt zu diesem Zeitpunkt ein paar solcher Wesen auf dem Planeten Erde. Wählt sorgfältig jemanden aus, und ihr werdet tiefgreifend unterstützt.

Und das bringt mich zu dem Grund für die Jahre, die zwischen dieser und der vorhergehenden Aufzeichnung zu einer Unterbrechung führten. Wie ihr seht, meine lieben Freund/innen, haben wir nicht untätig herumgesessen. In dieser Zeit hat mein und euer Freund, die Person, die dieses Gespräch channelt, genau eine solche Reise unternommen. Er hat einen Weg gefunden, mit seinem Inneren Selbst zu kommunizieren... und hat einen Weg gefunden, das zu teilen und zu lehren, was er gelernt hat. Um das jetzt sehr klar zu machen: Ich sage nicht, den Weg mit ihm zu gehen sei der einzige Weg, um in Resonanz mit eurem Inneren Selbst zu kommen. Ich sage, wenn es für euch richtig ist, mit ihm zu gehen... dann werdet ihr feststellen dass es ein sehr klarer und kraftvoller Ausdruck des Weges ist.

In einer kleinen Abweichung von der Norm trete ich jetzt einen Schritt zurück und lade ihn ein, euch direkt über sein Angebot zu informieren. Dann könnt ihr mit eurem Herzen überprüfen und sehen, ob dies euch auf eurem Weg dienlich ist.

Und damit wünsche ich euch ein zärtliches Lebewohl. Ich bin Adamu aus der Monaden- Einheit der Plejaden-Zivilisation und wurde für euch von meinem lieben Freund Zingdad gechannelt.

---

Zingdad: Wow, okay... danke Adamu.

*Vielleicht erscheint dies ein wenig seltsam, weil es immer noch dieselbe Stimme ist, die zu Ihnen spricht. Aber jetzt bin ich nur ich. Mein Name ist Arn Allingham. Ich habe Bücher, Videos, geführte Meditationen und Seminare unter dem Namen Zingdad produziert. Und natürlich bringe ich Adamu durch, um mit Ihnen zu sprechen.*

*Nun, Adamu erwähnt das Material, das ich hergestellt habe und lud mich ein, darüber zu sprechen. Und es ist mir eine Freude, dies zu tun. [...]*

*Anm. K.E. : Zingdad stellt hier ein Seminar und seinen neuen 6-wöchigen Kurs vor. Sein (südafrikanisches) Englisch ist sehr gut verständlich, schaut also bei Interesse auf seiner Webseite nach. [zingdad.com/dreamerawake](http://zingdad.com/dreamerawake) [...]*

*Bitte schauen Sie es sich auf meiner Website an und vertrauen Sie sich selbst, dass Sie wissen, ob das, was ich zu bieten habe, richtig für Sie ist. Wie Adamu sagt, gibt es andere Weg-Arbeiter. Und Sie können auch Ihren eigenen Weg bearbeiten. Dies ist also eine Option. Doch es ist eine Option, für die ich tatsächlich sehr hart gearbeitet habe. Ich brauchte Jahre, um sie auszugestalten. Und ich bin wirklich sehr froh, sie Ihnen jetzt zur Verfügung stellen zu können.*

*Das also ist die Geschichte.  
Und damit sage auch ich...  
Auf Wiedersehen.*

Weitergabe nur in Schriftform und nur unverändert mit folgenden Angaben:

<http://zingdad.com/publications/videos/the-adamu-speaks-series/161-9-intention>

Copyright: © Zingdad

Abb./Quelle: [www.zingdad.com/adamu](http://www.zingdad.com/adamu)

©Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)

Den Originaltext und weitere Angebote dieses Autors finden Leser/innen auf <http://zingdad.com>

## 15. Kapitel

# Adamu – 3. Schritt: Handeln

Veröffentlicht am 11. August 2016

*In diesem jüngsten Video der „Adamu Spricht“-Reihe setzt Adamu seine Unterweisung fort, wie wir unsere Wirklichkeit erschaffen.*

*Adamu stellt in diesem Beitrag den dritten von sechs Heiligen Schritten vor: Das Handeln. Lernen Sie etwas über „das Gesetz des Handelns“. Entdecken Sie, warum das Handeln für das, was Sie erschaffen, unabdingbar ist und wie Sie es verwenden können, um Ihre Absichten zu ermächtigen.*

*Wie immer nutzt Adamu diese Unterweisungsmöglichkeit, um mit Ihnen eine Menge an Weisheit zu teilen, die in unserem Alltag anwendbar ist. (Zingdad)*

---

### **Adamu:**

Meine lieben Freunde, danke, dass ihr mich in euer Bewusstsein einladet, und es ist mir eine große Freude, euch die dritte Folge der sechs Heiligen Schritte anzubieten. Ich bin Adamu aus der Monaden-Entität der Plejaden-Zivilisation, der jetzt durch Zingdad zu euch spricht.

Es ist für mich wichtig, dass ich zu Beginn jedes dieser Gespräche die Empfehlung ausspreche, dass alle, die zum ersten Mal von mir hören... und alle, die keine klare Erinnerung an die vorherigen Teile dieser Unterhaltung haben... bitte hier anhalten. Bitte geht die ganze „Adamu spricht“-Folge der Reihe nach durch. Jede baut bestimmt auf der vorherigen auf und ihr werdet wenig bis gar nichts davon haben, wenn ihr einfach hier einsteigt.

Ihr könnt die gesamte „Adamu spricht“-Videoreihe zusammen mit den jeweiligen Transkriptionen bequem und überschaubar auf Zingdads Website finden.

Nach diesen Vorbemerkungen können wir unsere Erörterung über den dritten Heiligen Schritt, das Handeln, beginnen.

Das Handeln ist das Herz der sechs Heiligen Schritte. Es ist vielleicht sogar der wichtigste Schritt. Es ist ein so wichtiger Schritt, dass er manchmal sogar als „das Gesetz des Handelns“ bezeichnet wird, weil mit Handeln eine Universale Wahrheit verbunden ist.

Also lasst mich euch zunächst darüber berichten. Das Gesetz des Handelns lautet wie folgt:

Wie ihr dem Leben gegenüber handelt, handelt das Leben an euch.

Vielleicht habt ihr das ein wenig anders ausgedrückt gehört? Vielleicht habt ihr sagen gehört:



Wie ihr andere behandelt, werdet ihr auch behandelt.

Ich bin sicher, dass ihr das gehört habt, denn das Gesetz des Handelns ist so durchgängig wahr, dass es seinen Weg in jede einzelne Religion und jedes große philosophische System in der heutigen Welt gefunden hat. Es wurde „die Goldene Regel“ und „das Gesetz der Gegenseitigkeit“ genannt. Und heute sage ich euch, für den Fall, dass ihr es nicht wisst, es ist auch das „Karma-Gesetz“.

Die meisten, die an das Karma glauben, missverstehen es tatsächlich. Sie scheinen zu glauben, dass es irgendeine Art von *universalem Rache-System* gibt. Als gäbe es irgendeine Gottheit, die den Frevlern eine Bestrafung zuteilt. Als ob ein Leben in Not und Qual euch durch irgendein grausames Wesen als Vergeltung für vergangene Sünden aufgebürdet würde.

Nun, geliebte Freunde, lasst mich euch sagen, so etwas gibt es nicht. Es ist einfach folgendermaßen:

Was ihr in das Leben hinein ausdrückt, wird durch den Universalen Willen vervielfältigt und dann an euch zurückgegeben.

Oh. Wartet. Ist das nicht das Gesetz der Anziehung, das wir gemeinsam erörterten, als wir über die Absicht sprachen?

(Lächelt)

Natürlich ist es das. Denn all diese Dinge sind ein und dasselbe. Das Gesetz des Handelns IST das Karma-Gesetz, UND DIESES IST das Gesetz der Anziehung, UND DIESES IST die Goldene Regel, UND DIESE IST das Gesetz der Gegenseitigkeit. Diese bedeuten alle dasselbe!

Aber es gibt einige Komponenten dieser Gesetze, die oft schlecht verstanden werden.

Die erste Komponente ist das Handeln. Das, was ihr tut.

Die Energie oder die ABSICHT hinter eurem Handeln feuert euer Handeln an. Ihr wollt wirklich ernsthaft eine Art Handlung für ein anderes Wesen erbringen. Und dann geht ihr los und tut etwas... dann ist es Güte, die ihr ausübt. Es ist Freundlichkeit, die ihr in die Welt setzt. Es spielt keine Rolle, ob das eigentliche Handeln darin besteht eine Schnitt Brot für einen hungrigen Fremden zu schmieren oder ob ihr einem Freund ein mitfühlendes Ohr anbietet. Was ihr in dem Fall tut, ist Güte. Das ist also die erste Komponente. Das Handeln trägt die Energie der Absicht, die dahinter steckt, hinaus in eure Umwelt.

Und genauso wie mit der Freundlichkeit kann eine hinterhältige, verschlagene oder gefühllose Absicht in die Welt getragen werden, wenn ihr zum Beispiel versucht, euch auf Kosten eures Nachbarn zu bereichern. Und ich benutze dieses Wort ‚Nachbar‘ im spirituellen Sinn. Diejenigen, die um euch herum sind. Euer Nachbar sind die anderen; es ist auch der Planet, es sind auch die Tiere, die Pflanzen, die Meere, die Luft und so weiter.

Das bringt mich zur zweiten Komponente des Gesetzes des Handelns. Ihr könntet denken, dass ihr zu dieser Person hier, der ihr gerade ein belegtes Brot anbietet freundlich seid. Und es ist wahr, das seid ihr. Doch wenn ihr handelt, dann handelt ihr dem ganzen Leben gegenüber. Eine liebevolle Handlung, die irgendeinem Teil des Lebens erbracht wird, betrifft das gesamte Leben. Alles ist eins, erinnert euch.

Auch das Gegenteil ist wahr. Eine negative, zerstörerische Handlung an irgendeinem Teil des Lebens verübt, betrifft das gesamte Leben.

Ihr müsst also wirklich unbedingt überlegen, was eure Absicht ist, bevor ihr handelt. Ihr bewirkt etwas auf dem Einssein... nicht nur an der Person, dem Nachbarn, an dem ihr handelt.

Dann gibt es die dritte Komponente. Dies ist vielleicht die am wenigsten verstandene Komponente. Sie wird oft nicht einmal erwähnt, wenn über dieses Gesetz gesprochen wird. Es ist eine Tatsache, dass euer Handeln eine Energie ist, die sich hinaus in das Leben verbreitet. Das ist wie ein Signal, das ihr aussendet. Und dann nimmt das Leben dieses Signal auf und strahlt es zu euch zurück. Doch es gibt es nicht einfach an euch zurück. Es vervielfältigt das Signal mit dem Göttlichen Willen, bevor es es wieder an euch übergibt. Versteht ihr?

Das Leben ist nicht nur die Summe seiner Teile: der Menschen, Tiere, Pflanzen und Dinge, die ihr um euch herum seht. Das Leben ist Bewusstsein. Und Bewusstsein organisiert sich selbst. Es hat seine eigene Absicht und seinen eigenen Willen. Oder anders ausgedrückt, hinter allem, was ihr um euch herum seht, bewegt sich ein Göttlicher Geist. Die Dinge sind so, wie sie sind, weil dieser Göttliche Geist es so will. Aus einer Perspektive gibt es viele, viele Götter, die alle gemeinsam diese Wirklichkeit erschaffen. Aus einer anderen Perspektive sind alle diese Götter natürlich eins, und alle diese Halbgötter zusammen sind Teil des einen großen Wesens...des einen Großen Geistes.

Der Grund, warum ich jetzt in diese kleine theologische Diskussion eintauche, ist, dass ihr euch gewahr sein müsst, dass das Leben euch eure Wahlen nicht einfach wie eine dumme Maschine reflektieren wird. Oder wie ein lebloser Spiegel. Nein, die Handlungen, die Absichten zum Ausdruck bringen, die in Übereinstimmung mit dem Universalen Willen sind, werden durch jenen Universalen Willen gewaltig ermächtigt. Eine kleine Handlung in Übereinstimmung mit dem Universalen Willen wird vervielfacht und verstärkt und wird zu einem großartigen Ergebnis führen. Im Gegensatz dazu, wird eine starke Handlung, die direkt im Gegensatz zum Universalen Willen ausgeführt wird, gedämpft und abgeschwächt werden und wird euch nur ein sehr mageres Ergebnis zurückbringen.

Versteht jetzt bitte nicht, was ich sage, allzu einfach. Geht jetzt bitte nicht davon aus, dass ihr Böses verfügen könnt und nur sehr wenig Negativität zu euch zurückkommen wird. Das ist damit nicht gemeint. Wenn ihr Böses verfügt, dann könnte es sehr gut in Übereinstimmung mit dem Universalen Willen sein, dass ihr lernen sollt, anders zu wählen. Dass ihr lernt, ein guter Bürger/eine gute Bürgerin des Universums zu sein. Dass ihr ein massives Echo vom Leben erhaltet, damit ihr die Auswirkungen eurer Wahlentscheidungen kräftig spüren könnt.

Diejenigen, die zu diesem Verständnis gelangen, das ich jetzt mit euch teile und dann versuchen, „clever“ zu sein, indem sie glauben, sie könnten diese Regeln für einen kurzfristigen Nutzen ihrer eigenen Ego-Persona manipulieren... und auf Kosten des Lebens um sie herum... werden immer den Stachel des Karma-Gesetzes spüren.

Dann beklagen sie ihr Schicksal. Dann beschweren sie sich über das Karma. Dann sagen sie es sei hart und unfair.

Meine Freunde. Es gibt einen sehr, sehr guten Grund, warum euer lieber alter Adamu euch die sechs Heiligen Schritte genau in der Abfolge vermittelt, wie ich sie unterrichte. Fangt beim Annehmen an, so dass ihr nicht von einem Ort der Wut, der Angst, des Hasses, der Eifersucht oder der Habgier oder mit dem Wunsch nach Bereicherung für euch selbst auf Kosten anderer wählt. Oder aus irgendeiner solcher negativer Motivationen. Beginnt mit dem Annehmen. Dann wählt sehr, sehr vorsichtig eure Absicht. Seid still! Hört auf euer Herz. Richtet euch auf den göttlichen inneren Willen aus. Und nur dann, wenn für euch eine großartige Wahl ansteht, an der ihr euch wirklich ausrichten könnt, nur dann solltet ihr beginnen, sie mit einem Handeln zu ermächtigen. Erst dann beginnt ihr, eure Absicht durch das HANDELN in die Welt hinaus zu übertragen.

Ich hoffe ihr versteht. Denn dies ist mächtiges Zeug. Kinder sollten nicht mit scharfen Messern und Feuer spielen. Nun, spirituelle Kinder sollten nicht mit den Heiligen Schritten spielen.

Jetzt gibt es noch eine vierte Komponente des Gesetzes des Handelns, über die ich euch in Kenntnis setzen muss. Das ist die Zeit. Wisst ihr, was Zeit ist? Die Wissenschaft hat keine Definition dafür. Doch ich werde euch sagen, was Zeit ist. Es ist die Pause, die zwischen der Ursache und ihrer Wirkung auftritt. Vielleicht sollte das Gesetz des Handelns wie folgt lauten:

„Was ihr in das Leben hinein ausdrückt, wird **zu gegebener Zeit** vom Universalen Willen vervielfältigt und dann an euch zurückgegeben.“

Versteht ihr? Ich sage, dass die Energie, die ihr ausgegeben habt, etwas Zeit braucht, um wieder zu euch zurückzukommen.

Und genau das hier ist vielleicht der Grund, warum ihr das Gesetz des Handelns nicht bemerkt habt. Deshalb muss euch darüber berichtet werden. Gäbe es überhaupt keine Lücke, dann wäre es für euch so offensichtlich, wie einen Wasserhahn zu öffnen oder das Licht einzuschalten. Ihr zweifelt nicht daran, dass die Handlung, einen Wasserhahn zu öffnen, Wasser fließen lässt, nicht wahr? Ihr zweifelt nicht daran, dass die Handlung, den Schalter an der Wand zu betätigen, eine Glühbirne an der Decke zum Glühen bringt, nicht wahr?

Es gibt keine Verwirrung oder Zweifel, weil es unmittelbar erfolgt. Aber denkt jetzt für einen Augenblick: Wie wäre es, wenn ihr jetzt den Hahn öffnet und... nichts passiert. Dann habt ihr am Lichtschalter gedreht und wieder... nichts passiert. Dann habt ihr zwanzig andere solcher Dinge getan, bevor nach einer Woche plötzlich das Wasser anfang zu fließen. Vielleicht hattet ihr den Hahn schon dreimal geöffnet und geschlossen, bevor er zu fließen begann. Und nach einer oder zwei Wochen begann

plötzlich die Glühbirne aus unerklärlichen Gründen zu leuchten. Und um die Sache noch weiter zu verwirren, hatten sich zwischen jetzt und damals eine Reihe von Türen geöffnet und geschlossen, begann euer Auto zu starten, drehte der Rasenmäher einige Runden in eurem Garten und hat der Hund des Nachbarn euch gebissen.

Ihr müsstet erheblich aufmerksamer sein, als das durchschnittliche menschliche Wesen ist, um die Kausalkette zwischen dem ersten Öffnen des Hahns und dem Fließen des Wassers zu bemerken. Es gäbe vielleicht sogar einige spirituelle Verhaltensregeln über Armaturen und Wasser, die ihr glauben oder nicht glauben könntet.

Um die Sache noch komplizierter zu machen: Wisst ihr, dass die Zeit nicht für jede/n gleich ist? Ja, natürlich, hat jede/r dieselbe Anzahl von Sekunden pro Tag. Das ist wahr. Aber das ist die illusorische äußere Wirklichkeit, die ihr gemeinsam erschafft. Darüber spreche ich hier nicht. Ich spreche von der Lücke zwischen den Ursachen, die ihr persönlich in das Leben einleitet und den Wirkungen, die zu euch zurück, zurück in euer Gewahrsein kommen.

Kennt ihr die „Dichten(ebenen) des Bewusstseins“? Habt ihr gehört, dass ihr „euer Bewusstsein anheben könnt“? Nun, ein Wesen namens 8, für das ich die größte Hochachtung habe, ein Wesen, das direkt damit befasst ist, das Karma-Gesetz in dieser Wirklichkeit zu halten, hat eine klare und überzeugende Beschreibung der Dichtenebenen des Bewusstseins gegeben, die ihr lesen könnt und sofort genau versteht, was sie sind.

Das findet ihr in einem Kapitel von Buch 2 der „Ascension Papers“ unter der Überschrift „Dimensionen und Dichten(ebenen)“.

**Dimensionen** sind Abmessungen, d.h. ein Hilfsmittel, um die „äußere Welt“ um uns herum zu verstehen, z.B. besteht der *messbare Raum der dritten Dimension* immer aus Länge x Breite x Höhe.

**Dichtenebenen\*** demgegenüber sind geistig. Sie gehören nicht zu unserer normalen physischen Welt, sondern sind die „innere Welt“ unseres eigenen Bewusstseins.

*\* engl.: densities – Ich finde im Deutschen keinen besseren Begriff, diesen Plural auszudrücken.*

Der Grund, warum ihr dies wirklich lesen solltet, ist, dass es sich direkt auf eure Lebenserfahrung bezieht. Seht ihr, je höher eure Bewusstseinsdichte ist, desto kürzer ist **für euch** die Lücke zwischen Ursache und Wirkung. Schließlich ist die Lücke so kurz, dass es nahezu sofort ist. Dann seid ihr, was ein magisches Wesen genannt wird. Weil euer Wille dann fast sofort geschieht. Aber ihr müsst dafür ein sehr hohes Bewusstsein haben. Die 7. Dichte, um genau zu sein. Aber die überwiegende Mehrheit aller auf dem Planeten Erde hat derzeit die 3. Dichte. Auf dieser 3. Dichte-Ebene des Bewusstseins könnt ihr heute eine Wahl veranlassen, die sogar erst in eurem nächsten Leben wieder zu euch zurückkommen kann. Oder dem Leben danach. Oder danach! Wenn ihr ganz und gar vergessen habt, dass ihr dieses Handeln angezettelt hattet... **dann** erst kehrt es zu euch zurück!

Und dies ist kein Fehler. Noch ist es eine Grausamkeit. Diese ausgesprochene Wirkung... diese sehr **große** Lücke zwischen Ursache und Wirkung... ist der einzige Weg, wie ihr eure eigene wahre Schöpfer(innen)natur vergessen und Leben für Leben im tiefen Vergessen hier in der Dualität wohnen könnt. Es ist der einzige Weg,

wie ihr euch selbst für Opfer halten könnt. Es ist der einzige Weg, wie ihr Angst für eine echte und gültige Antwort auf das Leben halten könnt. Es ist der einzige Weg, auf dem ihr für euch selbst verheerende und schmerzvolle Ergebnisse ko-kreieren könnt. Und, geliebter Freund/geliebte Freundin, ich weiß, viele unter euch werden einfach nicht in der Lage sein, dies von mir zu hören, doch ich sage dir, es ist wahr: Du WOLLTEST in der Tat hier sein, um dies zu erfahren. Du wolltest diese tiefste Ebene des Vergessens, denn nur von diesem Ort völligen Vergessens kannst du dich selbst neu erschaffen. Kannst du dich triumphierend und herrlich in eine ganz neue Schöpfung deiner selbst erheben. Das passiert mit den erwachten, aufgestiegenen Seelen, die sich aus der Dualität erheben. Wenn du bereit bist zurückzukehren, wirst du transformiert zurückkehren! Du wirst mit erheblich mehr zurückkehren als du bei der Abreise mitgebracht hattest. Es ist eine Reise, von der ausnahmslos alle Rückkehrenden berichten, dass sie **sehr große Anforderungen** stellt, es aber immer und immer wieder WERT ist.

Und wenn es an der Zeit ist... dann wirst du zurückkehren.

Was ich jedoch erreichen möchte, ist, dass du verstehst, dass der Prozess, dein Bewusstsein anzuheben, der Prozess ist, der die Lücke zwischen deinem ursächlichen Handeln und der Wirkung, bis dieses Handeln zu dir zurückkommt, verkürzt. Und indem sich diese Lücke verkürzt, wirst du ein immer mächtigeres Schöpferwesen werden. Zu einem großen Teil liegt das daran, dass es in deinem Handeln zwischen Ursache und Wirkung weniger Chaos gibt.

Lass' mich das folgendermaßen erklären.

Wenn du den Wasserhahn zehnmal öffnest und schließt, bevor das Wasser fließt, kann der Durchfluss möglicherweise sehr schwach sein, wenn er nach zwei Wochen ankommt. Wegen des Öffnens und Schließens.

Wegen all der Verwirrung in der Absicht: Willst du ihn öffnen... oder willst du ihn geschlossen haben?

Du hast dem Leben nicht klar und deutlich nur eine Absicht, die mit einem Handeln ermächtigt war, angeboten. Du hast viele Absichten und viele Handlungen angeboten. Viel Chaos.

Wenn du im Gegensatz dazu heute den Wasserhahn öffnest und nichts anderes tust, wird das Wasser, wenn es vielleicht morgen ankommt, ziemlich stark aus dem Wasserhahn schießen.

Indem du dein Bewusstsein erhöhst, verringerst du die Lücke. Indem du die Lücke verringerst, verstärkst du die Wirkung. Indem du die Lücke verringerst und die Wirkung verstärkst, wirst du dir viel stärker gewahr, dass du deine Wirklichkeit erschaffst. Indem du dir deiner Schöpfer(in)natur bewusst wirst, Gehst du achtsamer mit deinen Schöpfungen um. Indem du achtsamer mit deinen Schöpfungen umgehst, erschaffst du geordneter und zielgerichteter. Und indem du dies tust, richtest du dich immer mehr an dem Göttlichen Willen aus. Indem du dich selbst am Göttlichen Willen ausrichtest, erhöhst du dein Bewusstsein. Indem du dein Bewusstsein erhöhst... verringerst du die Lücke zwischen Ursache und Wirkung.

Siehst du?

Es setzt sich ein Kreislauf in Bewegung! Und dieser Kreislauf führt dich spiralförmig hinauf in immer höhere Ebenen des Bewusstseins... wobei du immer machtvoller erschaffst.

Geliebter Freund/geliebte Freundin, das Gesetz des Handelns ist der Maschinenraum der Heiligen Schritte. Es treibt die Schöpfung dieser Wirklichkeit an. Während du dich hier in der Trennung befindest, sind deine Handlungen von größter Bedeutung. Sie sind, „was du in die Welt aussendest“.

Ja. Es ist wahr; du kannst handeln, ohne einen Muskel zu bewegen oder ein Wort zu sagen. Du kannst in der Meditation handeln. Oder in der Vorstellung. Dies ist möglich.

Doch weißt du, wie das geht?

Es gibt vielleicht eine Handvoll lebender Menschen auf der Erde, die heute WIRKLICH wissen, wie das geht. Menschen, die reichlich Energie und Aufmerksamkeit aufgewandt haben, um ihren Geist zu trainieren. Solche Menschen können auf die Welt einwirken und dabei still sitzen.

Bist du einer/eine von diesen Wesen?

Nein?

Dann handle und benutze deine Hände, deinen Körper, deine Stimmbänder, deinen Stift, die Tastatur deines Computers. Handle, indem du tätig wirst.

Und damit komme ich zum letzten Punkt unseres Gesprächs über das Gesetz des Handelns: Nachdem du nun die Bedeutung des Handelns verstehst... könntest du jetzt fragen: „*Ja, aber was sollte ich denn **tun**?*“

Die Antwort ist, zu deiner Absicht zurückzukehren. Was ist die Veränderung, die du in deiner Welt sehen möchtest? Du wirst dich erinnern, als ich mit dir über Absicht sprach; ich sagte, das Bekunden deiner Absicht ist, wie das Setzen einer Nadel auf der Landkarte. Es ist als würdest du sagen: „*Ich gehe dorthin*“. Nun, deine Handlungen sollten ähnlich sein wie das Aufstehen und einen Schritt in diese Richtung zu gehen.

Überprüfe also deine Absicht, die du für dich bekundet hast. Frage dich selbst: „*Welche eine Sache kann ich jetzt tun, die mich in die Richtung der Erfüllung von meiner Absicht bringt?*“

An diesem Punkt fühlen sich Menschen oft überfordert. „*Wie kann ich etwas tun, das mich zu meinem gewünschten Ergebnis bringt?*“, fragen sie. Vielleicht bist du hoffnungslos krank und deine Absicht ist Wohlbefinden. Oder vielleicht schwimmst du in Schulden und deine Absicht ist Fülle. Oder vielleicht bist du allein und deine Absicht ist, deinen Seelenpartner/deine Seelenpartnerin zu finden. Oder was auch immer. An dieser Stelle fühlt es sich vielleicht so an, als wärst du tausend Meilen vom gewünschten Ausgang entfernt. Vielleicht kannst du dir nicht vorstellen, wie du in hundert Lebenszeiten zu deinem gewünschten Ziel kommen könntest.

Nun, das ist völlig in Ordnung. Du musst nicht selbst an dein Ziel gelangen. Du musst jetzt nur einen einzigen Schritt in diese Richtung tun.

Erinnere dich jetzt also wieder an deine Absicht. Wiederhole sie, bis du sie fühlst. Dann überprüfe: Was kann ich genau jetzt im Hinblick auf dieses Ende tun?

Und bitte, lass' uns hier nicht uns selbst belügen. Wenn deine Absicht ein großes körperliches Wohlbefinden ist, dann kannst du nicht sagen: „*Ich werde für meine Gesundheit einen Eisbecher mit Karamellsauce essen*“. Du weißt, was zu einer guten Gesundheit führt und was davon ablenkt. Du musst etwas tun, das direkt mit der Manifestation deiner Absicht zusammenhängt. Einen kleinen Schritt in die richtige Richtung.

Vielleicht wählst du, gute und gesunde Ernährungsgewohnheiten zu erforschen. Und dann wählst du vielleicht, etwas Gutes und Gesundes zum Essen vorzubereiten. Da. Du hast einen kleinen Schritt gemacht. Du bist auf dem Weg.

Nun, ebenso wichtig ist es, dass du aufhörst, Schritte in die entgegengesetzte Richtung zu tun. Es hilft nichts einen Schritt vorwärts zu gehen und sich dann sofort umzudrehen und drei Schritte rückwärts zu laufen!

Sei dir also über dein Handeln klar. Wähle weiterhin Handlungen, die dich vorwärts bringen, vorwärts zum gewünschten Ausgang. Lass' weiterhin alle Handlungen los, die dich zurückwerfen und von dem gewünschten Ausgang entfernen.

Dies ist kein Hexenwerk.

Und falls dir keine einzige Sache einfällt, die du möglicherweise tun könntest, um dich in die richtige Richtung zu bewegen, dann ist das erste, was für dich angesagt ist, dir einige Zeit zum Meditieren zu geben, um auf dein Herz zu hören.

Zingdad sagt: Wenn du Hilfe brauchst, dann kann er dir geführte Meditationen anbieten, die dir weiterhelfen können!

[\(guided meditations](#) nur auf Englisch, K.E.)

Und wenn das nicht funktioniert, dann brauchst du Vorgaben. Finde eine vertrauenswürdige Person, deren Vorgaben du schätzen würdest. Bespreche mit ihr diese Dinge.

Zingdad sagt, er bietet auch Coaching an, wenn du das brauchst.

[\(coaching](#) nur auf Englisch, K.E.)

Finde etwas Konstruktives, Positives und Spezifisches, das du tun kannst, das dich zu deinem gewünschten Ziel bringt. Dann tu es.

Es ist gut, wenn du etwas wie dies regelmäßig tun kannst. Wenn es sich ergibt, dass du etwas wie dieses täglich tun kannst, dann ist das gut. Aber stelle sicher, dass du konkrete Schritte nach vorne machst. Und stelle sicher, dass du dich weigerst, kontraproduktive Schritte rückwärts zu nehmen.

Mache dies wiederholt und gewohnheitsmäßig. Komme in die Gewohnheit, positive Handlungen zu ergreifen, und du stellst fest, wie du dich auf das gewünschte Ergebnis zubewegst... Schritt für Schritt.

Tu dies und die Magie wird zu fließen beginnen. Du wirst das Gesetz des Handelns umsetzen. Du wirst dir selbst den gewünschten Ausgang zu dir herbringen. Bleibe auf Kurs und beobachte, was geschieht. Eine Reise von tausend Meilen wird sich magisch verkürzen, weil der Universale Wille dich unterstützt und dir Flügel verleiht. Du wirst für dich selbst feststellen, dass du eigentlich das energetische Äquivalent von vielleicht hundert Meilen gehst, wenn du schwach handelst. Und wenn du kraftvoll und gezielt handelst und dein Bewusstsein erhöhst, benötigst du vielleicht nur ein paar Meilen und du findest dich wie von Zauberhand an deinem Reiseziel angekommen.

Freunde, wenn sich das Universum verschwört, um euch eure Wünsche entgegenzubringen, dann könnt ihr wirklich Wunder erwarten.

Und nun wisst ihr, wie es geht.

Und damit seid ihr schon bereit, Magie in eurem Leben zu vollbringen. Aber es ist möglich, der Magie noch mehr hinzuzufügen. Es ist möglich, sie noch mehr zu ermächtigen. Und diese weiteren Ermächtigungen, die noch mehr reduzieren, was ihr tun müsst, um Magie zu bewirken, bilden die restlichen Heiligen Schritte. Ich freue mich, diese mit euch in den nächsten paar Ausgaben dieser Reihe „Adamu spricht“ mit euch zu teilen.

Bis dahin wünsche ich euch, dass ihr liebt was ihr tut und dass ihr tut, was ihr liebt.

Ich bin Adamu aus der Monaden-Einheit der Plejaden-Zivilisation und habe durch Zingdad zu euch gesprochen.

Weitergabe nur in Schriftform und nur unverändert mit folgenden Angaben:

<http://zingdad.com/publications/videos/the-adamu-speaks-series/161-9-intention>

Copyright: © Zingdad

Abb./Quelle: [www.zingdad.com/adamu](http://www.zingdad.com/adamu)

©Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)

Den Originaltext und weitere Angebote dieses Autors finden Leser/innen auf <http://zingdad.com>



## 16. Kapitel

# Adamu – 4. Schritt: Visualisieren

Veröffentlicht am 30. Juni 2017

### **Vorwort von Zingdad**

*Liebe Leserin, lieber Leser,  
es ist schon einige Zeit her, seit Sie zuletzt von mir gehört haben. Viele von Ihnen haben sich ganz neu für diesen Newsletter eingetragen und werden sich gewundert haben, warum sie von mir keine Mitteilungen erhielten! Nun... um ehrlich zu sein, ich mag es nicht, „Lärm um nichts zu machen“. Wenn ich nichts zu sagen habe, dann schweige ich. Obwohl sich SEHR VIEL in meinem Leben zugetragen hat, gab es nicht wirklich etwas, über das zu schreiben ich mich aufgerufen gefühlt hätte. Jedes Mal, wenn ich das über Adamu (oder einen meiner anderen geistigen Ansprechpartner) abfragte, erhielt ich die Antwort, es sei noch keine Zeit für eine weitere Übertragung.*

*Bis jetzt.*

*Vielleicht drang es bis dort, wo Sie leben in die Nachrichten, wir hatten wirklich GEWALTIGE Waldbrände in der Region der kleinen südafrikanischen Stadt Knysna, wo ich lebe. Über zehntausend Menschen wurden obdachlos. Von fast 600 Häusern blieb nichts als Schutt und Asche und einige Menschen kamen ums Leben.\**

*\*(Nachtrag K.E.: Laut KNYSNA NEWS vom 29.06.2017 sorgten immer wieder orkanartige Windböen dafür, dass Anfang Juni zwei Wochen lang an bis zu 26 verschiedenen Stellen auf einer Strecke von 300 km entlang der Garden Route von Knysna bis nach Plettenberg Bay 1.059 Häuser bis auf die Grundmauern niederbrannten.)*

*Eine Woche lang waren Lisa und ich in ständiger Alarmbereitschaft für eine Evakuierung. Wir wussten, dass wir in null Komma nichts die Anweisung erhalten konnten, aus unserem Haus zu flüchten – mit dem Gedanken, dass es vielleicht später kein Haus mehr geben könnte, in das wir zurückkehren. Es war eine ziemlich grauenhafte Zeit. Und in diesem allem wurde mir einfach immer wieder gesagt: „Halte die Vision aufrecht.“*

*Die Vision war für mich, dass die unberührten uralten Wälder in dieser Gegend von den Flammen verschont blieben.*

*Und sie wurden verschont!*

*Trotz des Kummers über die gewaltigen Verluste, gab es wenigstens dieses Gnadengeschenk!*

*Und so konnte ich im Nachhinein fühlen, dass es an der Zeit war, die Lektion über das Visualisieren als ein Werkzeug der Erschaffung der Wirklichkeit weiterzureichen. Und als ich mich auf Adamu „einstimmte“, war es dann auch tatsächlich an der Zeit, und das Material stand zur Übertragung bereit. Sie erinnern sich vielleicht noch oder*

vielleicht auch nicht, dass Adamu uns Stufe für Stufe „Die Sechs Heiligen Schritte“ der Erschaffung der Wirklichkeit unterweist? Nun, das Visualisieren ist der vierte Schritt.

Die Informationen über die ersten drei Heiligen Schritte habe ich als Audio-Dateien veröffentlicht und später als YouTube-Videos. Für diejenigen, die lieber lesen als zuhören, habe ich auch die Texte transkribiert. Dieses Vorgehen werde ich beim vierten Schritt ebenfalls einhalten.

Das Video zu diesem vierten Heiligen Schritt (mit dem zugehörigen Text) finden Sie [in engl. Sprache, K.E.] hier: [Adamu Speaks: 11. Visualisation](#).

Sollten Sie es vorziehen, alle Videos noch einmal der Reihe nach von Anfang an zu sehen, dann finden Sie die gesamte Sammlung hier: [Adamu Speaks](#)

... und sollten Sie schließlich immer noch mehr Gutes von Adamu haben wollen, dann können Sie die Kapitel von Band 3 der **Aufstiegs-Schriften** (die mir Adamu diktiert) hier finden: [The Ascension Papers / Book 3](#)

[Link zu Adamu's Abschnitt auf meiner Webseite](#)

**Anm. K.E.:** Die **deutschen Übersetzungen** aller hier erwähnter Artikel von [Adamu / Zingdad](#) stehen in meinem [Blog](#) zum kostenlosen Download zur Verfügung.

## Ausblick

Ich weiß nicht genau, welche Umstände es sind, die immer wieder die Freigabe einer jeden neuen Übertragung von Adamu antriggern. Bisher dachte ich, dieses „Zurückhalten“ müsse an mir liegen, weil ich irgendwie versagt hätte. Ich kann Ihnen sagen, dass das bei mir zu erheblichen Selbstvorwürfen geführt hatte. Erst vor kurzem habe ich jetzt verstanden, dass jede neue Freigabe dann herauskommen wird, wenn sie soll. Zur „göttlich rechten Zeit“, wie Adamu mir gern sagt. Abgesehen davon ist die nächste Adamu-Freigabe schon halbwegs abgeschlossen. Ich hoffe, also, sie recht bald zu veröffentlichen!

Bis dahin  
Alles Liebe  
Arn



## **Adamu:**

Meine lieben Freunde,

vielen Dank, dass ihr erneut eure Zeit mit mir teilt. Es ist jetzt eine große Freude für mich, euch den vierten der sechs Heiligen Schritte vorzustellen.

Ich bin Adamu von der Monaden-Entität der Plejaden-Zivilisation, der jetzt abermals durch Zingdad zu euch spricht.

Diese Gespräche beginne ich immer gern damit, alle, die mich zum ersten Mal kennenlernen – und alle, die sich nicht mehr deutlich an die vorherigen Teile dieser Unterhaltung erinnern -, zu bitten, hier zunächst zu unterbrechen. Bitte geht noch einmal die »Adamu spricht« -Folgen der Reihe nach durch oder lest wenigstens noch einmal die ersten drei Schritte. Jede dieser Beschreibungen baut definitiv auf der vorhergehenden auf, und ihr werdet wenig bis gar nichts davon haben, wenn ihr einfach hier einsteigt.

Meine sämtlichen Unterhaltungen mit Zingdad findet ihr übersichtlich und mit den jeweiligen Transkriptionen auf Zingdad's Webseite: <http://zingdad.com/adamu>

Nach dieser Vorrede können wir unsere Erörterung über den vierten Heiligen Schritt beginnen. Um es euch noch einmal schnell in Erinnerung zu rufen, die sechs Heiligen Schritte sind:

1. Annehmen
2. Absicht
3. Handeln
4. Visualisieren
5. Emotionen
6. Beobachten

Heute also werden wir uns sorgfältig mit dem vierten Heiligen Schritt beschäftigen, dem Visualisieren.

Das Visualisieren ist ein entscheidender Schritt, denn er umfasst die drei grundlegenden Komponenten, die nötig sind, das von euch gewünschte Ergebnis zu erschaffen:

Ausprobieren, Energetisieren und Vorbereiten.

Ich möchte euch diese drei Komponenten ausführlicher darstellen.

### **Ausprobieren**

Wenn ihr richtig visualisiert, dann gebt ihr euch selbst Gelegenheit, euch die neue Wirklichkeit, die ihr für euch erschafft, vorzuspielen. Ihr tretet in eurer Vorstellung in diese Wirklichkeit ein und lebt in ihr. So könnt ihr sehen, wie sie aussieht und sich

anfühlt. Vergewissert euch, dass sie euch wirklich gefällt. Das ist so ein Schritt wie vor dem Kauf erst anzuprobieren.

Versteht bitte, dass die meisten Lebewesen der 3. Dichte hoffnungslos verwirrt sind im Hinblick darauf, was in ihrem Leben das Beste für sie ist. Die Dinge, von denen sie glauben, sie am liebsten haben zu wollen, verstricken sie meistens so, dass sie noch mehr Schmerzen haben und sich noch unglücklicher fühlen. Doch aufgrund ihrer mangelnden Voraussicht und Einsicht können sie sich einfach nicht vorstellen, dass das wahr ist. Ich gebe euch ein typisches Beispiel.

Die meisten Lebewesen der Dritten Dichte befinden sich in der Geldfalle. Sie denken, dass mehr Geld ihnen mehr Freude bringt. Die meisten glauben, der bestmögliche Erfolg ihres Lebens sei, eine enorme Geldsumme zu gewinnen. Sie werden sich schlicht und einfach weigern, euch zu glauben, wenn ihr ihnen sagt, dass solch ein Gewinn für sie das schlechteste Ergebnis bedeuten würde. Selbst wenn ihr ihnen Statistiken vorlegt über vorherige Gewinner: die Selbstmordrate, die Rate der Drogen- und Alkoholabhängigkeit, die Einsamkeit und die Isolation, in die frühere Gewinner gerieten, die Zahl der Gewinner, die innerhalb weniger Jahre oder sogar weniger Monate mit weniger da-standen, als sie vor ihrem Gewinn hatten. Wenn ihr den Leuten grundsätzlich beweist, dass ein Lotteriegewinn ein entsetzlicher Gedanke ist, dann werden die meisten dies abschütteln und für sich in Anspruch nehmen, eine Ausnahme zu sein.

Nun, ich will hier nicht grundsätzlich schlecht über Lotterien sprechen. Ich verwende sie einfach als Beispiel. Die meisten haben wirklich völlig schräge Vorstellungen, was ihnen in ihrem Leben wirklich einen Nutzen brächte.

Ihr werdet vor den verhängnisvollsten Wahlen geschützt sein, wenn ihr meine Vorschläge aus dem zweiten der sechs Heiligen Schritte, der Absicht, umgesetzt habt. Ihr werdet euch erinnern, dass ich vorschlug, dass ihr euren Willen auf den Universalen Willen ausrichten solltet. Dass ihr etwas anstreben solltet, das dem höchsten möglichen Wohl dient. Und jetzt habt ihr mit dem Visualisieren eine Möglichkeit zu überprüfen, ob ihr absolut sicher seid, dass ihr diese erklärte Absicht erschaffen wollt, und ihr könnt in so vielen Einzelheiten wie nur möglich betrachten, wie ein solches Ergebnis sich auf euer Leben auswirkt sowie auf die Leben aller anderen, die davon betroffen sind.

Da ihr bereits begonnen habt, mittels des dritten Heiligen Schrittes diese Absicht in Handeln umzusetzen... beginnt sie sich bereits zu manifestieren. Energetisch kommt sie bereits auf euch zu. Dies ist also wirklich eure „letzte Chance“ der Selbstkorrektur, um zu sehen, ob ihr diese Schöpfung freigeben oder lieber mit einer neuen Absicht beginnen möchtet, die tatsächlich dem höchsten Wohl dient und die ihr eigentlich in eurem Leben erfahren möchtet.

Ihr seid gewarnt worden. Erschafft sorgfältig. Wenn ihr eure volle schöpferische Kraft in eine Absicht legt, die eure Schwingung absenkt, dann dürfte das, was ihr erhaltet, euch nicht gefallen.

Nehmt euch also die Zeit, eure Absicht vollständig zu visualisieren und ihre Auswirkung auf alle Betroffenen VOLLSTÄNDIG zu sehen. Ich werde euch gleich

lehren, wie ihr das tun könnt. Jetzt erkläre ich nur, WARUM ihr dies umfassend und sorgfältig anstellen solltet.

## **Energetisieren**

Eine Absicht an sich ist nur eine Idee. Der junge Zingdad hat ständig Ideen über alles Mögliche, von denen er weiß, dass er sie niemals umsetzen wird, wie zum Beispiel eine Rockband zu gründen. Er weiß, dass es einfach eine lustige Idee ist, mit der er spielt. Er weiß, dass er niemals tatsächlich wirklich eine Rockband gründen MÖCHTE. Und wenn alles, was ihr habt, eine Absicht ist, dann ist das genauso wie Zingdads Rockband. Es ist einfach eine Idee, die vorbeischiebt und über die ihr nachsinnt.

Wenn ihr wirklich und wahrhaftig möchtet, dass diese Idee wirklich wird, dann müsst ihr sie energetisieren.

Der dritte Heilige Schritt, das Handeln, ist ein sehr machtvoller Energetisierer, vielleicht der stärkste in der Wirklichkeit der 3. Dichte, weil die Menschen hier an das Handeln glauben, an das Tun als einem notwendigen Teil, um die erwünschten Ergebnisse zu erreichen.

Das ist genau der Kernpunkt des Handelns, nämlich den Energetisierungsprozess anzukurbeln und zu beginnen, die Fantasie in Wirklichkeit zu verwandeln.

Das Visualisieren trägt dazu bei. Verbringt eine gewisse Zeit damit, euch vorzustellen, wie die Absicht Früchte trägt, und ihr energetisiert sie gedanklich. Und wie ihr dies tut, werde ich euch ebenfalls lehren. Das heißt, wie ihr Zeit dafür aufwendet, jeden einzelnen Teil dieses Traums als eine Wirklichkeit zu „sehen“. Jede einzelne Kleinigkeit davon. Wie ihr euch gedanklich so kohärent und vollständig wie möglich ein Bild davon macht, wie es sich darstellen wird, wenn „es wahr wird“. Dieses Gedankenmaterial ist kreativ. Es steigert sich sogar kreativ; denn jedes Mal, wenn ihr dahin zurückkehrt und es wieder durcharbeitet, ergänzt ihr sowohl die Vollständigkeit als auch Details. Ihr gebt der Schöpfung weitere Energie.

Handeln ist „physisches Energetisieren“.

Visualisieren ist „mentales Energetisieren“.

Emotionen, der nächste Heilige Schritt, sind „geistiges Energetisieren“.

Vielleicht könnt ihr intuitiv sehen, dass wir, indem wir in dieser Reihenfolge vorgehen, die Schwingung der schöpferischen Energien erhöhen. Die physische Energie ist die am wenigsten feine und die niedrigste Schwingung der Energie. Die mentale Energie ist feiner und hat eine höhere Schwingung. Die geistige Energie ist die feinste und höchste Schwingungsenergie.

Ihr benötigt alle drei, um echt zu erschaffen. Idealerweise sind alle drei gleich ausgeprägt und bauen aufeinander auf. Auf jeden Fall ist ein wenig von jeder Energie nötig, damit das „Wunder“ der sechs Heiligen Schritte eintreten kann.

## **Vorbereiten**

Eine der wirklichen Herausforderungen, denen Anfänger unter den Schöpferinnen und Schöpfern begegnen, ist der Schock, der sich einstellt, wenn sie tatsächlich erhalten, was sie beabsichtigt hatten!

Ihr werdet vielleicht lachen. Bis es euch passiert. Ihr bekundet eine Absicht, arbeitet mit den Heiligen Schritten und eines Tages „Peng!“ erkennt ihr, dass ihr bis ins kleinste Detail absolut genau das bekommt, was ihr erschaffen hattet.

Das ist ein ziemlich schockierender, unter die Haut gehender Augenblick, wenn ihr wer weiß wie viele Lebenszeiten damit verbracht habt, euch zu überzeugen, dass ihr ein machtloses Opfer seid. Und warum habt ihr so hart daran gearbeitet, euch zu überzeugen, dass ihr machtlos seid? Sollte es sein, dass ihr euch in irgendeinem vergangenen früheren Leben gezeigt hattet, wie ihr willens und in der Lage wart, eure Macht zu missbrauchen und anderen dadurch Schaden zuzufügen... nun, dann dürftet ihr ein doppeltes Problem haben, wenn ihr nun gezwungen seid zuzugeben, dass ihr wieder einmal Gebrauch macht von euren gottgewollten Schöpfer-/Schöpferinnenkräften.

Ich vermute, es ist Folgendes, was ich sage: Die Wenigen, die dies lesen und denken, dass es ihnen möglich sein sollte, ihre Wirklichkeit zu erschaffen und neu zu erschaffen und dass das leicht sein sollte und dass es diesbezüglich keine innere Unstimmigkeit geben sollte... nun, diese Wenigen sind tatsächlich diejenigen die AM MEISTEN aufpassen müssen. Ihr habt euch vermutlich noch nicht euren Kopf an euren schöpferischen Gaben gestoßen. Doch wenn ihr nicht sehr sorgfältig, sehr weise und sehr auf die Führung, die aus eurem Herzen zu euch kommt, bedacht seid, dann erwarten euch in der Zukunft beträchtliche Schmerzen. Schmerzen, die euch die Weisheit der Vorsicht lehren, die jede und jeder beim Umsetzen der Schöpfungskräfte empfindet.

Solltet ihr umgekehrt so etwas wie eine vorsichtige, respektvolle Besorgnis empfinden, dann ist das tatsächlich eine gute Nachricht für euch. Dieses Hindernis habt ihr hinter euch. Eure Besorgnis ist Weisheit im Handeln. Ich möchte euch empfehlen, das Visualisierungswerkzeug zu verwenden, um eure beabsichtigte Schöpfung vollständig zu erforschen, vor allem die Gegensätze „das Beste und das Schlimmste“, auf die ich gleich zu sprechen komme. Überprüft sehr sorgfältig, dass diese Absicht, die ihr zur Verwirklichung bringt, sich im Dienst des höchsten Wohls befindet und in Übereinstimmung mit den Wünschen eurer Seele.

Wenn sie das ist, dann werdet ihr euch den Kopf nicht noch einmal wie zuvor stoßen. Denn dieses Mal ist es sicher.

Auf diese Weise bereitet ihr euch auf das vor, was kommen wird. Ihr bereitet euch darauf vor, voller Dankbarkeit die Umsetzung der Energie, die ihr in das Leben ausgesendet habt, in eurer Wirklichkeit entgegenzunehmen.

### **Wie ihr visualisiert**

Gestattet mir gleich zu Anfang zu sagen, dass ihr, wenn ihr nicht bereits schon eine regelmäßige meditative Praxis habt, damit beginnen solltet. In der Meditation wird der Geist beruhigt. Der Verstand ist das Verarbeitungswerkzeug der Seele. Doch wenn ihr dieses Werkzeug nicht hin und wieder ruhig stellt, werdet ihr zutiefst verwirrt. Ihr

lauft Gefahr zu glauben, dass ihr euer Verstand SEID. Das seid ihr nicht! Ihr lauft Gefahr zu glauben, dass der Lärm, der in eurem Kopf existiert, wirklich sei. Das ist er nicht. Durch die Meditation könnt ihr über den Verstand hinausgehen und der Seele begegnen, dem, was ihr wirklich seid. So viel mehr könnte ich an dieser Stelle über die Vorzüge und die Bedeutung der Meditation sagen, doch darum geht es nicht in diesem Gespräch. Hier geht es um das Visualisieren. Der Grund, warum ich das Thema anschneide, ist, dass diejenigen, die erfahrene Meditierende sind, sofort in der Lage sind, mit kraftvollem Visualisieren zu beginnen. Für diejenigen, die noch nie meditiert haben, wird dies schwieriger sein, weil ihr Verstand laut und undiszipliniert ist.

*Anm. von Zingdad: Sie könnten sich eine gute Ausgangslage verschaffen, wenn Sie sich einer örtlichen Meditationsgruppe anschließen oder, wenn Sie möchten, können Sie auch mein Angebot „Create Yourself, Create Your Life“ prüfen. Dies wird Sie sicherlich unterstützen, Zugang zum regelmäßigen Meditieren zu finden. Sie finden es auf meiner Webseite: <https://zingdad.com/publications/books/create-yourself-create-your-life>*

*(Hinweis K.E: Erschaffe dich selbst, erschaffe dein Leben ist nur auf Englisch erhältlich – in gut verständlichem Britischen Englisch: vielleicht wollte die eine oder der andere schon immer einmal wieder ihr/sein Englisch aufpolieren...)*

Doch egal ob ihr gestandene Meditierende seid oder jeglicher spiritueller Praxis zum ersten Mal begegnet, könnt ihr auf jeden Fall damit beginnen, eure Absicht zu visualisieren, sodass sie sich verwirklicht. Der Unterschied wird lediglich sein, wirklich, dass es den erfahrenen Meditierenden viel leichter fallen wird, während des Visualisierens ihren Geist ruhig zu halten. Anfänger werden mit ziemlicher Wahrscheinlichkeit feststellen, wie ihr Geist unproduktiv umherwandert.

Als weiteren Punkt möchte ich ansprechen, dass „Visualisieren“ eigentlich ein unzutreffender Begriff ist. Genauer müsste es heißen „Schöpfung in voller Bandbreite über die inneren Sinne“. Das ist allerdings ein etwas schwerfälliger Begriff. Der Grund, warum ich diesen Punkt anspreche, ist, dass nicht alle visuell ausgerichtet sind. Wenn sie ihre Augen schließen und sich etwas vorstellen, dann „sehen“ sie es nicht. Vielleicht „fühlen“ sie es. Oder sie „wissen es“ einfach. Es gibt ganz viele verschiedene Möglichkeiten, wie verschiedene Menschen ihre Vorstellungen erforschen. Habt deshalb nicht das Gefühl, dass ihr einen inneren „Film sehen“ müsst, nur weil diese Übung „Visualisieren“ heißt. Im Idealfall werdet ihr es euch mit ALLEN euren inneren Sinnen „vorstellen“. Doch arbeitet mit den Sinnen, die ihr für euch anwenden könnt.

Als Erstes schließt eure Augen und bringt euren Geist zur Ruhe. Verbindet euch dann mit eurem Herzen. Findet die Verbindung mit der Urquelle... dem Ort, von dem die Liebe kommt... tief im Zentrum eures Herz-Chakras.

Haltet diese Verbindung und kehrt immer wieder zu ihr zurück, solltet ihr sie je verlieren. Erforscht nun den folgenden Gedanken, indem ihr ihn geistig visualisiert:

Visualisieren #1: Heute ist der Tag, an dem sich meine Absicht manifestiert hat. Es geschieht. Ich bin mittendrin. Was erfahre ich? Was tut sich um mich herum? Welches Ereignis tritt ein, das mich veranlasst zu sagen: „Dies ist es!“?

Verbringt einige Zeit mit jener Visualisierung. Kehrt mehrmals zu ihr zurück, bis ihr das Gefühl habt, dass ihr sie in ihrer ganzen Reichhaltigkeit visualisiert habt. Danach (und dies muss mit Sicherheit nicht alles in derselben Sitzung, noch nicht einmal am selben Tag geschehen) arbeitet euch durch die folgenden zusätzlichen Visualisierungen:

Visualisieren #2: Seit meine Absicht wahr geworden ist, ist einige Zeit vergangen. Die Aufregung darüber ist ein wenig verblasst. Dies ist jetzt meine neue Normalität. Wie ist mein Leben jetzt? Wie hat es sich verändert? Was hat sich verbessert? Was habe ich verloren? Was ist weniger gut?

Wenn du überhaupt nichts finden kannst, was du verloren oder aufgegeben hast, dann ist das ein Warnzeichen, dass du dich selbst betrügst. Alles hat seinen Preis. Alles. Gehe nicht weiter, bevor du nicht die Selbsterkenntnis hast, dir wenigstens die Schattenseiten anzuschauen. Die Kosten. Was du verlieren wirst. Schau es dir an. Vergewissert euch, dass es ein akzeptabler Tausch für das ist, was ihr erhalten werdet. Erst dann geht weiter.

Visualisieren #3: Die Leben von anderen sind ebenfalls betroffen worden. Beginnt unmittelbar um euch herum: Welche Auswirkungen hat es auf meine Nächsten und Liebsten? Wie ist ihr Leben betroffen? Was wirkt sich für sie positiv, was negativ aus? Was ist mit anderen? Kolleg/innen und Bekannte? Entfernte Familienmitglieder und Freundinnen und Freunde? Was ist mit zufälligen Fremden? Was ist (solltet ihr so etwas haben) mit Feinden und Leuten, die ihr nicht mögt? Wie wird das Leben all dieser Menschen positiv wie auch negativ dadurch berührt, dass sich eure Absicht verwirklicht?

Solltet ihr meinen, dass es keine Rolle spielt, wie eure Wahlen andere beeinflussen, dann habt ihr die grundlegendste Voraussetzung vergessen, wie das „Wunder“ der sechs Heiligen Schritte funktioniert. Also... solltet ihr etwas erschaffen, das euch große Freude bringt, allerdings auf Kosten anderer, denen es großes Leid bringt, dann werdet ihr euch als festen Bestandteil dessen, was ihr erschafft, EBENFALLS dasselbe Leid zufügen. Wenn ihr dies nicht versteht oder nicht glaubt, dass es wahr ist, dann ist die Erschaffung der Wirklichkeit nichts für euch! Ihr werdet euch selbst nur Leid verursachen, indem ihr ein Werkzeug verwendet, für das ihr noch nicht bereit seid.

Ist es also – nach einer 360° Analyse, wie sich die Verwirklichung eurer Absicht auf alle anderen auswirkt – IMMER NOCH etwas, was ihr erschaffen möchtet?

Wenn ja, dann bleibt euch noch eine letzte Visualisierung...

Visualisierung #4: In dieser Visualisierung geht ihr mit eurer Vorstellung weit nach vorn zu dem Punkt, an dem ihr mit diesem Leben abgeschlossen habt: Wenn ihr wieder einmal ein geistiges Wesen seid. Wenn ihr auf dieses Leben zurückschaut, das nun hinter euch liegt. Ihr steht dort bei euren geistigen Führern und den Meistern des Lichts. Und wie ihr so auf den Augenblick zurückschaut, in dem ihr eure Schöpfungskräfte in die Hand nehmt, in dem ihr eure Absicht erklärt und anfangt, sie zu euch zu bringen... wie ihr so zurückschaut, wie ihr bekommt, was ihr erschufft und auf den Augenblick, als ihr eure eigene Schöpfer-/Schöpferinnennatur nicht länger verleugnen konntet... was FÜHLT ihr jetzt als das weise und erhabene Wesen



über eure Wahlen? War dies die richtige Wahl? Fühlt jetzt eure Herzverbindung. Fühlt, wie es sich anfühlt. Fühlt es sich richtig an? Gut? Göttlich inspiriert? Oder fühlt es sich an wie ein Fehler? Wie der richtige Schritt in die falsche Richtung getan? Oder vielleicht insgesamt falsch? Fühlt. Verbringt die Zeit mit euren Führern und den Meistern. Greift ihren Beitrag auf. Fühlt ihre Anleitung (und haltet Ausschau danach und lauscht).

Wenn ihr, nach der vierten Visualisierung, immer noch auf eurer Spur seid und euch positiv über eure Absicht fühlt, dann seid ihr bereit für den nächsten Heiligen Schritt, die Emotion. Darüber werden wir als Nächstes sprechen.

Wenn ihr euch jedoch entschieden habt, eure Meinung zu ändern, dann kann es sein, dass ihr anfangt in eurem Herzen eine große Dankbarkeit angesichts der Tatsache zu finden, dass ihr die Weisheit hattet, diese Schöpfung aufzugeben, bevor sie bereits in eurer Wirklichkeit war. Findet jene Dankbarkeit und lasst mit jenem Gefühl in eurem Herzen eure Absicht einfach los. Hört auf, ihr Gedanken oder Energie zu schenken. Und wenn ihr bereit seid, kehrt zum ersten Heiligen Schritt, dem Annehmen, zurück mit dem zusätzlich Gelernten und der Weisheit, die euch jetzt zur Verfügung steht, sodass ihr beim nächsten Mal vielleicht eine wünschenswertere Absicht erschafft...

## **Ausblick**

Und so werden wir, wie versprochen, bald anfangen, den fünften und vorletzten Heiligen Schritt zu lernen, die Emotion. In jener Erörterung werden wir die wahre Kraft der Emotionen kennenlernen. Für sich genommen sind sie ineffektiv und oft kontraproduktiv. Doch wenn sie richtig genutzt und fokussiert werden, dann ist eine Emotion im wahrsten Sinne des Wortes die mächtigste Kraft im Universum. Klingt das weit hergeholt? Wartet, bis wir darüber sprechen und schaut dann, ob ihr immer noch so denkt!

Und wenn ihr auf dem Laufenden gehalten werden wollt, sobald Zingdad und ich neues Material herausgeben, seid ihr eingeladen, unseren kostenlosen Newsletter zu bestellen: <https://zingdad.com/newsletter>

(Anm. K.E.: Die Anmeldung für den deutschen Newsletter erfolgt unter <http://www.klang-weg.de/blog/>.)

Bis zum nächsten Mal, liebe Freunde, ich bin Adamu aus der Monaden-Einheit der Plejaden-Zivilisation und wurde durch meinen lieben Freund, Zingdad, zu euch gebracht.

Weitergabe nur in Schriftform und nur unverändert mit folgenden Angaben:

<http://zingdad.com/publications/videos/the-adamu-speaks-series/161-9-intention>

Copyright: © Zingdad

Abb./Quelle: [www.zingdad.com/adamu](http://www.zingdad.com/adamu)

©Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)

Den Originaltext und weitere Angebote dieses Autors finden Leser/innen auf <http://zingdad.com>

## 17. Kapitel

# Adamu – 5. Schritt: Emotionen

Seid begrüßt, meine Freunde!

Ich bin Adamu von der Monaden-Entität der Plejaden-Zivilisation, der jetzt abermals durch meinen zuverlässigen Schreiber Zingdad zu euch spricht.

Ich möchte diese Gelegenheit nutzen und euch an einer Erörterung des fünften der Sechs Heiligen Schritte beteiligen, die ihr verwenden könnt, um eure Wirklichkeit neu zu erschaffen.

Wie üblich beginne ich diese Unterhaltung mit der Empfehlung für alle, die mich zum ersten Mal hören bzw. lesen... und auch alle, die sich nicht mehr deutlich an die vorherigen Teile erinnern..., dass ihr hier bitte unterbrecht. Bitte schaut euch alle Folgen von „Adamu Spricht“ noch einmal der Reihe nach an.

Die vollständige Reihe meiner Unterhaltungen mit Zingdad findet ihr übersichtlich zusammengestellt auf Zingdad's Webseite <http://zingdad.com/adamu> (sowie in der deutschen Übersetzung unter [www.klang-weg.de/blog/bibliothek](http://www.klang-weg.de/blog/bibliothek), K.E.)

Die heutige Besprechung des fünften Schritts wird für euch wenig bis gar keinen Sinn ergeben, wenn ihr keine klare Vorstellung oder Erinnerung an die vorhergehenden Ausführungen habt.

Nach dieser Vorrede können wir mit unserer Erörterung des fünften und vorletzten Heiligen Schrittes beginnen, den Emotionen. Noch einmal zur Erinnerung, die Sechs Heiligen Schritte sind:

1. Annehmen
2. Absicht
3. Handeln
4. Visualisieren
5. Emotionen
6. Beobachten

Ich bin mir bewusst, dass ich euch beim Besprechen eines jeden Heiligen Schrittes gesagt habe, wie wesentlich dieser Schritt zum Erfolg bei der Erschaffung eurer Wirklichkeit beiträgt. Und es ist tatsächlich so, dass jeder Schritt echt unverzichtbar ist; es sind jedoch die Emotionen, die der eigentliche Motor für die Erschaffung eurer Wirklichkeit sind.

Man könnte das Wort „Emotion“ auch als *E-Motion* schreiben, denn in den spirituellen Bereichen sind Emotionen die **Energie**, die die **Motion**, d.h. die Bewegung, antreibt. Aus spiritueller Sicht ist die Emotion die treibende Kraft hinter jeder Erschaffung von Wirklichkeit.

Tatsächlich ist die Erschaffung von Wirklichkeit für die großen Schöpferwesen, die ganze Wirklichkeiten ins Sein wirbeln (einschließlich dieser Trennungswirklichkeit, die dieses gesamte Universum enthält), nichts als ein Prozess, der aus zwei Schritten besteht:

Zuerst denke es, dann fühle es!

Das ist alles. Solche Wesen fokussieren buchstäblich ihre Gedanken und bevollmächtigen ihre Schöpfungen, und dann... ist es da! Erschaffen!

**Glaubt es oder nicht, auf diese Weise sind zahllose Wirklichkeiten hervorgewirbelt worden. Diese leuchtenden, gottgleichen Wesen fangen an, sich die Wirklichkeit vorzustellen, die sie gerne erfahren würden. Während sie dann über die Einzelheiten nachdenken, fangen sie an, alle dazugehörigen Emotionen zu FÜHLEN, die zu diesen Einzelheiten gehören. Möglicherweise wird es eine Mischung aus freudiger Aufregung, Freude und Liebe. Indem sie jene Emotionen FÜHLEN, kommen ihre Vorstellungen ins Sein und werden manifest.**

Überrascht es euch vielleicht zu hören, dass der gesamte STOFF, aus dem euer Universum besteht... alles, was ihr um euch herum seht, alles, was ihr anfassen könnt, alles, was euren Augen und Händen so wirklich erscheint, einfach alles, sich wirklich aus Gedankenmustern in den Emotionsströmen der Götter zusammensetzt?

Ich hoffe, meine Verwendung des Begriffs „Götter“ beleidigt euch nicht! Wir existieren ALLE im Geist der ursprünglichen Quelle, die ihr Erdenwesen gewöhnlich als Gott bezeichnet. Bezogen auf jene geringeren „Götter“, von denen ich spreche, ist es nicht anders. Sie sind einfach sehr hoch schwingende Intelligenzen, die mit der Aufgabe betraut sind, die bestehende unendliche Anzahl von Wirklichkeiten zu erschaffen.

Doch zurück zu unserer Betrachtung: Vielleicht könnt ihr verstehen, warum ich behaupten möchte, dass Emotionen vermutlich das kraftvollste aller Werkzeuge sind. **Man sagt, sehen heißt glauben; aber FÜHLEN bedeutet WISSEN ist noch viel zutreffender! Wenn ihr fühlt, dass etwas so und so ist, dann ist das für euch wahr. Und was immer für euch wahr ist, wird magnetisch zu euch herangezogen; es wird für euch in die Wirklichkeit gebracht.**

**Freunde, eure Emotionen sind MACHTVOLLE Werkzeuge!**

Wie aber kommt es, dass die meisten das nicht wissen? Wieso denken die meisten, Emotionen seien unnütze Gefühle die in ihnen auftauchen? **Wieso denken sogar viele, Emotionen seien etwas Lästiges und Kontraproduktives und müssten besiegt und zum Schweigen gebracht werden ?**

Die Antwort ist ganz einfach. Um euch in die 3. Dichte dieser Wirklichkeit zu inkarnieren, wie ihr und alle anderen es auf dem Planeten getan haben, musstet ihr von eurer eigenen Schöpfer/innen-Natur vollkommen abgeschnitten werden. Es war notwendig für euch, völlig zu vergessen, dass ihr überhaupt irgendeine Verbindung zu dem Göttlichen in euch habt. Man könnte auch sagen, es war notwendig, um euch über die Matrix des kollektiven Unbewussten ohne ein solches Wissen zu erheben.

Das bedeutet es, in die 3. Dichte hinein geboren zu werden. Es bedeutet, dass ihr nicht wisst, dass ihr in Wahrheit ein Schöpferwesen seid. Es bedeutet, dass ihr in dem Glauben geboren wurdet, ein Opfer zu sein; dass ihr einfach ein sterbliches, kleines menschliches Lebewesen ohne Macht und ohne eine innewohnende göttliche Natur seid. In solch einem Zustand werdet ihr eure Emotionen natürlich nicht auf eine zielgerichtete Art und Weise nutzen, um euch selbst und euer Umfeld so zu transformieren, dass sie euch mehr Frieden, Liebe und Freude bringen. Ihr werdet noch nicht einmal wissen, dass eure Emotionen auf diese Weise genutzt werden können. Und vor allem werdet ihr nicht wissen, **dass ihr eure Emotionen bemeistern könnt, dass sie euch als Werkzeuge zur Verfügung stehen.**

Und so werdet ihr genau das sehen, was ihr überall um euch herum seht: Menschen, die ihren Emotionen erlauben, Amok zu laufen und sie hin und her zu zerren. Sie erschaffen eine wunderliche Mischung aus allem Möglichen, was sie möchten und was sie nicht möchten. Und da sie sich dessen, was sie tun, nicht gewahr sind, bemerken sie noch nicht einmal, wie ihre Emotionen wie durch Zauberei wirken.

Da sie Lebewesen der 3. Dichte sind, gibt es eine große Kluft zwischen Ursache und Wirkung. **Sobald ihr euer Bewusstsein in die höheren Bewusstseinsdichten anhebt, schrumpft diese Kluft, bis schließlich für euch als Wesen der 8. Dichte** (wie es die gottgleichen Wesen sind, auf die ich mich vorhin bezog) **Schöpfung auf der Stelle erfolgt.** Wie ihr es fühlt, so ist es.

Doch für die Lebewesen der 3. Dichte gibt es eine lange Kluft. Je nach den Einzelheiten der Schöpfung kann sich diese Kluft über viele Jahre – oder sogar viele Lebenszeiten! – erstrecken. Wenn ihr euer Bewusstsein anhebt, verringert ihr diese Kluft. **Eine der kraftvollsten Möglichkeiten, euer Bewusstsein aus der Opferhaltung der 3. Dichte anzuheben, ist es, euch eurer eigenen Schöpfer/innen-Natur gewahr zu werden. Genau das tut ihr mit der Umsetzung der Sechs Heiligen Schritte! Auf diese Weise erschafft ihr nicht nur euer erwünschtes Ergebnis, ihr erhöht auch eure Frequenz und werdet mächtigere Schöpferinnen und Schöpfer!** Bleibt auf diesem Weg, und ihr werdet euch bald wiederfinden, wie ihr zu wahren Einheitsbewusstsein erwacht... dem Bewusstsein der 6. Dichte. Und wenn ihr euch dort befindet, dann werdet ihr bereit sein für noch machtvollere Werkzeuge als die Sechs Heiligen Schritte. Zingdad arbeitet mit seinem gesamten Führungsteam daran, diese machtvollen und weiter fortgeschrittenen Werkzeuge zu erstellen. Sie sollen später als **Die Schöpfungswerkzeuge** publiziert werden und bilden dann die letzte Komponente seiner Seminarreihe **Träumer erwache!**

(nur auf Englisch: *Dreamer Awake!* –<https://zingdad.com/publications/dreamer-awake K.E.>)

Nun jedoch, und besonders für alle diejenigen, die noch nicht das Bewusstsein der 6. Dichte haben..., nehmen wir uns den fünften der Sechs Heiligen Schritte gemeinsam vor. Wir werden unsere Emotionen verwenden, um unsere Schöpfungen zu bevollmächtigen.

### **Wie ihr eure Emotionen zum Erschaffen einsetzt**

Nachdem ihr jetzt ein wenig Hintergrundwissen über die Kraft und die Bedeutung der Emotionen als schöpferisches Werkzeug erhalten habt, fragt ihr euch sicherlich, wie ihr es anstellen könnt, dieses Werkzeug in Gebrauch zu nehmen. Der Prozess ist

wirklich verblüffend einfach. Das heißt, er ist einfach zu beschreiben. Die Umsetzung ist allerdings weniger einfach, solange ihr nicht eure Emotionen bemeistert habt. Also werde ich auch auf diesen Aspekt eingehen.

### **Emotionen haben eine „magnetische“ Kraft**

Das Leben in der Dualität hat euch gelehrt, dass Freude etwas ist, was „euch widerfährt“, NACHDEM euch etwas Freudiges über den Weg gelaufen ist. Demgegenüber ist Traurigkeit etwas, was „euch widerfährt“, NACHDEM in eurem Leben etwas Trauriges geschehen ist.

Dies ist so, wie es ist, für alle diejenigen, die Opfer ihrer Erfahrungen und auch Opfer ihrer Emotionen sind. Dies geschieht, wenn ihr keinen eigenen Anspruch an und keine Kontrolle über euer Leben und eure Emotionen habt.

*Doch ihr seid gerade dabei, diesen Text zu lesen, weil ihr für euch entschieden habt, dass es an der Zeit ist, aufzuhören, willkürlich und gedankenlos in Erfahrungen zu stolpern und die emotionalen Auswirkungen jener Erfahrungen zu erleben. **Ihr habt euch entschieden, euer Leben in die Hand zu nehmen, anzufangen, euer Leben zu gestalten und bewusst eure Erfahrungen zu erschaffen.** Warum, wenn nicht zu diesem Zweck, würdet ihr euch sonst mit den Sechs Heiligen Schritten beschäftigen?*

**Und so seid ihr bereit zu verstehen, dass Emotionen für Schöpferwesen umgekehrt funktionieren: ein Schöpferwesen hält die Emotion bereit. Es hat Freude im Herzen, und dann beginnen sich Erfahrungen und Ereignisse zu zeigen, die mit diesem Gefühl übereinstimmen.** Das heißt, wenn ihr mit Freude im Herzen aufbrecht, dann werden freudige Dinge auf euch zukommen.

Natürlich ist dies eine sehr grobe Vereinfachung – trotzdem entspricht es der Wahrheit.

**Und auch das Gegenteil ist wahr: Wenn ihr viel Zeit damit verbringt, Angst und Sorge, Zorn, Abscheu, Missgunst, Niedergeschlagenheit und ähnliche schmerzvolle Emotionen zu erzeugen, dann werdet ihr die äußeren Umstände magnetisch anziehen, die die Emotionen begleiten, die ihr erschafft.**

Dies ist vermutlich ein ziemlich weites und verwirrendes Thema, vor allem, weil es bestimmte Zeiten gibt, in denen es gesund und nutzbringend ist, eure negativen und schmerzvollen Emotionen zu erforschen, sie voll zu empfinden und zu entdecken, was sie euch zeigen und lehren. Indem ihr das tut, erwerbt ihr ein größeres Verständnis und Mitgefühl – sowohl für euch selbst als auch für andere.

Ich sage deshalb NICHT, dass diese Emotionen „schlecht“ sind oder dass ihr sie um jeden Preis vermeiden solltet. Es gibt für alles eine Zeit und einen Ort, und so hat auch jede schmerzliche Emotion ihre Zeit und ihren Ort.

**Was ich sage, ist, dass ihr eure Emotionen wählen KÖNNT und tatsächlich WÄHLT.** Ihr erschafft sie. Und wenn ihr immer wieder, wenn ihr wählt, zum Beispiel Ärger wählt, dann wählt ihr beständig, ärgerliche Erfahrungen zu erschaffen. Das ist so, als würdet ihr beim himmlischen Zustelldienst eine ärgerliche

Auseinandersetzung „bestellen“! Und dann werdet ihr diese Erfahrung erhalten. Sie wird euch ärgerlich machen (Auftrag erfüllt, das Universum hat geliefert!). Das wiederum wird euch veranlassen, euch in eurem Ärger bestätigt zu sehen, und so werdet ihr mehr Zeit darauf verwenden, Ärger zu erschaffen. Bevor ihr euch verseht, hat sich also ein Teufelskreis gebildet, und ihr seid auf schnellstem Weg dabei, ein erschöpfter, ausgelaugter, zorniger und einsamer alter Griesgram zu werden.

Anstelle von Ärger könnt ihr jede beliebige andere Emotion in dem obigen Beispiel einsetzen, ausgenommen natürlich, ihr wählt, mit einer positiven Emotion zu erschaffen. In diesem Fall wird das Ergebnis ein gesundes, glückliches, geliebtes und strahlendes Lebewesen sein.

Bevor wir fortfahren und dieses Thema verlassen, möchte ich noch Folgendes zu aufkommenden Emotionen sagen: **Wenn ihr eine Emotion fühlt, dann gibt es IMMER dafür einen Grund.** Es gibt eine Ursache, und diese Ursache seid ihr mit euren Wahlen oder euren Glaubenssätzen und Überzeugungen.

Lebewesen der 3. Dichte werden dieser Aussage wahrscheinlich widersprechen. Sie werden vermutlich entgegnen: *„Nein, es sind die anderen und die äußeren Umstände, die bewirken, dass ich die Emotionen fühle, die ich fühle.“* Und für sie sieht es wirklich so aus. Sobald ihr erwacht, beginnt ihr zu entdecken, dass es nicht so ist. Eure Emotionen werden vollständig von euch erschaffen als Antwort auf die Situationen, die ihr euch mit euren Emotionen herangezogen habt!

Es ist ein Kreislauf. Und er hört nicht mit euren Emotionen auf, sondern fängt mit ihnen an.

Das wiederum ist sehr gut, denn während es durchaus sehr schwierig sein kann, Dinge zu verändern, die ihr außerhalb von euch vorfindet, könnt ihr jederzeit eure Emotionen verändern.

Es kann sein, dass ihr damit nicht einverstanden seid. Es kann sein, dass ihr denkt, ihr könntet nicht eure Emotionen wählen, doch das heißt lediglich, dass ihr einfach noch nicht gelernt habt, wie das geht!

Wenn ihr lernen möchtet, euch selbst zu emotionalisieren, dann interessiert euch vielleicht Zingdads Veröffentlichung **„Erschaffe dich selbst; erschaffe dein Leben“** (nur auf Englisch: *Create Yourself; Create Your Life* – [https://zingdad.com/create\\_K.E.](https://zingdad.com/create_K.E.)), in der genau dieses Thema auf eine wunderbare praktische und umsetzbare Weise dargestellt wird.

## **Wählt eure Emotionen**

Nun habe ich endlich das Gefühl, dass ihr genug Informationen habt und anfangen könnt, die Emotionen zu wählen, mit denen ihr erschaffen wollt. Dazu geht ihr am besten zurück zum vorherigen Schritt, dem **Visualisieren**. **Da ihr euch auf den nächsten Schritt vorbereitet, solltet ihr das erwünschte Ergebnis inzwischen wirklich etliche Male visualisiert haben.** Ihr solltet mit der Erfahrung, vor eurem geistigen Auge das erwünschte Ergebnis zu erzielen, ziemlich vertraut sein. Wenn ihr das seid, dann sollte es für euch jetzt verhältnismäßig leicht sein, noch einmal zu visualisieren, wie die erwünschte Absicht Früchte trägt. Der einzige Unterschied ist,

dass ihr dieses Mal **sorgfältig eure Emotionen wahrnehmt, wenn ihr in eurer Vorstellung dieses wunderbare Ergebnis erschafft.**

Sowie ihr euch in den Prozess des Visualisierens begeben, fragt euch immer wieder: *„Wie fühlt sich das für mich an? Was für eine Emotion ist mit diesem Ergebnis verbunden?“*

Ihr solltet nach dieser Visualisierungsübung eine klare Vorstellung davon haben, welche Emotionen genau mit eurem erwünschten Ergebnis verbunden sind.

Solche Emotionen könnten sehr ursprünglich und klar sein, wie z.B. „reine Freude“ oder „reine Liebe“. Sie könnten allerdings auch sehr komplex und fein differenziert sein, wie z.B. „ein Gefühl von Gerechtigkeit“ oder „ein Gefühl von Klarheit“ usw.

Ich lade euch ein, damit nicht zu pedantisch umzugehen. Es spielt keine Rolle, ob noch irgendjemand in der Welt das, was ihr fühlt, als Emotion betrachtet. Es geht auch nicht darum, dass ihr eure Emotion für euch selbst sprachlich korrekt benennt. Es geht einfach darum, das für die anstehende Aufgabe passende Werkzeug zu finden. Und wenn es euch gelingt, eine emotionale Antwort zu identifizieren und sie auf eine Weise zu benennen, die für euch Sinn macht, dann habt ihr genau das getan!

Haltet euch ebenfalls vor Augen, dass ihr eine ganze Reihe von Emotionen haben könnt, die euch in ihrer Gesamtheit sagen, wie ihr euch fühlt, wenn sich das erwünschte Ergebnis zeigt. Beispielsweise könntet ihr sagen: **„Ich fühle Frieden, Erleichterung, Freude und Liebe.“** Das kann ohne Weiteres so sein, weil eure Absicht für euch emotional vieles auf einmal bedeutet. Achtet also darauf, während eurer Visualisierungsübung sorgfältig eure Reaktion – bzw. Reaktionen! – emotionaler Art aufzulisten.

Am Ende der Übung solltet ihr den Namen einer Emotion haben – oder eine kleine Liste mit Namen von mehreren **Emotionen. Dies sind die „Gefühle des süßen Erfolgs“, die ihr fühlt, wenn sich eure Absicht manifestiert.**

***Diese Gefühle sind der Motor, der die Schöpfung antreibt, die ihr euch wünscht.*** Um dorthin zu gelangen, müsst ihr sie ein wenig arbeiten lassen. Doch darüber werden wir als Nächstes sprechen.

### **Wann und wie ihr eure Emotionen einsetzen könnt**

Es mag ein wenig Gewöhnung erfordern, eure Emotionen fruchtbringend als Werkzeug zum Erschaffen von Wirklichkeit zu nutzen. Der erste Schritt ist das Wählen der richtigen Emotion. Das ist so etwas wie das Auswählen eines Farbtons für einen Raum. Ihr müsst den richtigen finden. Je sorgfältiger ihr wählt, desto glücklicher werdet ihr mit dem Ergebnis sein, wenn der Anstrich fertig ist.

Der Prozess des Wählens wurde oben beschrieben. Er geht mit eurer sorgfältigen Aufmerksamkeit während des Visualisierens einher. Er ist quasi die Vorstufe und leitet zum eigentlichen Schritt über.

Das Eintreten in euren Tag. **Sobald ihr morgens aufwacht, beginnt noch im Bett, also vor dem Aufstehen, damit, in Gedanken wieder eure Absicht zu formulieren.** Dann visualisiert kurz, wie irgendein Aspekt eurer Absicht Ergebnisse zeigt. **FÜHLT sodann, wie sich das anfühlt.** Steht nicht eher auf, bevor ihr das Gefühl spürt.

Jetzt ist auch eine gute Zeit, euch an den Schritt des Handelns zu erinnern: Könnt ihr euch irgendeinen Baby-Schritt vornehmen, den ihr heute umsetzt, um euch näher zu eurem Ziel zu bringen? Wenn ihr das könnt, plant es, ihn umzusetzen! Wenn nicht, dann plant, im Verlauf des Tages für Inspirationen für einen Baby-Schritt offen zu sein, den ihr umsetzen KÖNNT.

Nun steht auf und behaltet die Emotion, die ihr erschaffen habt, wenn ihr den zweiten Schritt unternimmt: das Erschaffen einer Gedächtnisstütze für den Tag. Das kann alles sein, was euch daran erinnert, die Emotion beizubehalten. Ich möchte euch einige Beispiele geben, damit ihr versteht, was ich damit meine:

Ihr könntet als Augenmerk für den Tag ein Schmuckstück benutzen, zum Beispiel ein Amulett oder einen Anhänger. In diesem Fall würdet ihr die Emotion fühlen und wenn ihr die Kette am Hals schließt, euch mit klarer Absicht sagen: *„Dieser Anhänger trägt für mich diese Emotion, und ihre Bedeutung ist meine Absicht.“*

Ihr solltet eure eigenen Worte wählen, wie in diesem Beispiel von Zingdad:

*„Beim Anziehen dieses Bergkristalls durchtränke ich ihn mit der Freude und der Aufregung, die ich fühle, wenn sich meine Absicht erfüllt, mich mutig und unerschrocken auszudrücken.“*

Ihr könnt hierzu jeden Gegenstand, der euch gefällt, verwenden, doch es wird am besten funktionieren, wenn ihr immer wieder dasselbe Teil benutzt. Im Laufe der Zeit durchtränkt ihr es mit immer mehr Kraft. Und jedes Mal, wenn ihr diese Worte sagt, während ihr diese Emotion fühlt und den Anhänger um euren Hals legt, unternimmt ihr diesen zweiten Schritt, euch eine Gedächtnisstütze (die man auch Talisman nennt) zu erschaffen und aufzuladen. Und natürlich könnte die Gedächtnisstütze jedes beliebige Schmuckstück sein oder ein Kleidungsstück oder möglicherweise sogar ein Zeichen, das ihr innen auf euer Handgelenk malt. Oder... einfach irgendetwas, was für euch wirklich funktioniert.

Und wenn ihr dann zu irgendeiner Zeit des Tages zufällig euren Talisman bemerkt, könnt ihr anhalten und den dritten Schritt vornehmen, der zu eurem Moment zum Wiederaufladen der günstigen Gelegenheit wird. Diese zufälligen Augenblicke sind Gelegenheiten, eure Tätigkeiten, und sei es nur für einen kurzen Moment, zu unterbrechen, euch an eure Intention zu erinnern (sie euch selbst zu wiederholen) und sodann die damit verbundene Emotion erneut zu finden und zu fühlen, bevor ihr euch wieder eurer Beschäftigung zuwendet.

Sehr wichtig ist der vierte Schritt. Er erfolgt, wenn ihr feststellt, dass sich in eurem Herzen oder eurem Kopf negative, kontraproduktive Gedanken oder Emotionen zeigen. **Wenn wir, wovon ich ausgehe, in der Lage sind, unsere Wirklichkeit mit unseren Gedanken und Emotionen zu erschaffen, dann arbeiten**



**selbstsabotierende, negative, ängstliche und zweifelnde Gedanken und Emotionen eindeutig gegen das, was ihr zu erschaffen versucht!**

**Wenn also solch ein negativer Gedanke oder solch eine negative Emotion auftritt, dann ist es Zeit für den vierten Schritt: Bewusstes Unterbrechen und Ersetzen von Gedanke und Emotion.** Im selben Moment, in dem ihr solche negativen Gedanken und Emotionen wahrnehmt, greift zu eurem Talisman. Schaut auf euren Talisman (oder haltet ihn fest) und wiederholt euer Mantra. Findet und fühlt die Emotion. Wenn ihr sie dann wieder habt, könnt ihr nachschauen, ob es noch einen Überrest von dem vorherigen negativen Gedanken oder der negativen Emotion gibt. Das könnte sein. Wenn ja, dann gibt es etwas, was gehört oder angeschaut werden will. Macht euch eine Notiz. Dies könnte etwas Großes sein, das sich tief in eurer Psyche versteckt, es könnte aber auch einfach nur etwas Nebensächliches sein, etwas, was verstanden werden will, bevor ihr weitergeht.

Vielleicht gelingt es euch, es selbst mit ein paar Minuten Überlegung zu bearbeiten, es könnte sich aber auch um den eigentlichen Kern eures eigenen Schattens handeln, der sich euch enthüllt.

Es würde den Umfang dieser Abhandlung über Emotionen sprengen, dieses nur oberflächlich angesprochene Thema zu vertiefen. Worauf es ankommt, ist, dass ihr, sobald ihr mit euren Emotionen arbeitet, feststellen werdet, dass ungewöhnliche Dinge auftauchen. Ihr werdet sehen, wie verborgene Teile eurer Psyche zum Leben erwachen. Einer jener Teile eurer Psyche, der sich mit Sicherheit zeigen wird, wenn ihr bestrebt seid, euer Leben neu zu erschaffen, ist euer Schatten. Es müsste euch gelingen, eine Zeit lang „um euren Schatten herum zu arbeiten“, doch nehmt bitte zur Kenntnis: Es wird notwendig sein, euren Schatten zu integrieren, wenn ihr mit eurem Bewusstsein vollständig aufsteigen und die Trennung hinter euch lassen wollt. Solange euer Schatten noch nicht integriert ist, wird er auf die eine oder andere Weise die Effizienz eurer Schöpfungen begrenzen oder sie sogar vollkommen sabotieren.

Wenn die Zeit gekommen ist, euch mit eurem Schatten zu beschäftigen, dann ist es vielleicht ratsam, eine Heilerin oder einen Heiler zu finden, die bzw. der sich mit der Schattenarbeit gut auskennt. Ich kann euch sicherlich auch sehr gut das zweite Modul von Zingdads „**Träumer erwache!**“ multimedialer Seminarreihe empfehlen (nur auf Englisch, K.E.). Das zweite Modul heißt **Licht auf den Schatten werfen** (*Shining the Light on Shadow* – <https://zingdad.com/publications/dreamer-awake>) und es zielt besonders darauf ab, dass ihr versteht, wie ihr euren Schatten heilen könnt.

Der fünfte und letzte Schritt, das Abschließen des Tages, erfolgt, wenn ihr euch am Ende des Tages wieder in eurem Bett befindet.

Nehmt euch einen Augenblick Zeit und haltet Rückschau auf euren Tag:

Welche Handlung habt ihr heute ausgeführt, die euch näher an euer gewünschtes Ergebnis brachte? Egal wie klein sie sein mag, nehmt sie zur Kenntnis und bedankt euch bei euch selbst, dass ihr es getan habt. Wenn ihr heute überhaupt nichts getan habt, dann denkt darüber nach. Warum nicht? Was werdet ihr morgen anders machen?

Wie viele Momente zum Wiederaufladen der günstigen Gelegenheit hattet ihr, in denen ihr eure Tätigkeit unterbracht, um euch mit eurer beabsichtigten Seelenreise zu verbinden? Bedankt euch bei euch selbst für alle diese Zeiten.

Wie oft habt ihr negative Gedanken oder Emotionen bewusst unterbrochen und ersetzt? Nehmt zur Kenntnis, wenn ihr euch schneller auf die Schliche kommt, bevor ihr die Gedanken und Emotionen ersetzen müsst. Nehmt zur Kenntnis, wenn die negativen Gedanken und Emotionen weniger werden. Sprecht euch euren tiefen und aufrichtigen Dank aus für die Arbeit, die ihr heute getan habt.

Zu guter Letzt schließt nun diesen und damit den fünften der Heiligen Schritte ab, indem ihr erneut die Emotion sucht und fühlt. Vertieft dieses Mal das Gefühl durch das Wissen, dass ihr durch die spirituelle Arbeit des heutigen Tages eurem erwünschten Ergebnis wirklich näher gekommen seid. Fühlt es also noch einmal. Fühlt, wie jetzt euer erwünschtes Ergebnis zu euch kommt.

## **Ausblick**

Tatsache ist, dass diese fünf Schritte wirklich die Schritte der Schöpfung sind. Doch es muss noch ein sechster Schritt unternommen werden. Ohne diesen letzten Schritt wird die Schöpfung nicht vollständig sein. Wenn ich diesen vorstelle, werde ich auch eine Reihe sehr wichtiger zusätzlicher Aspekte ansprechen, mit denen die Erörterung der Sechs Heiligen Schritte endet.

Wenn ihr informiert werden möchtet, wenn Zingdad und ich diesen letzten Schritt herausgeben (sowie natürlich auch alles weitere Material, das jener Veröffentlichung folgt), dann meldet euch für unseren kostenlosen Newsletter an:

<https://zingdad.com/newsletter> (dt. auf [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog), K.E.)

Bis zum nächsten Mal, liebe Freunde, ich bin Adamu aus der Monaden-Einheit der Plejaden-Zivilisation und wurde durch meinen lieben Freund, Zingdad, zu euch gebracht.

\* \* \* \* \*

Weitergabe nur in Schriftform und nur unverändert mit folgenden Angaben:

<http://zingdad.com/publications/videos/the-adamu-speaks-series/161-9-intention>

Copyright: © Zingdad

Abb./Quelle: [www.zingdad.com/adamu](http://www.zingdad.com/adamu)

©Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)

Den Originaltext und weitere Angebote dieses Autors finden Leser/innen auf <http://zingdad.com>

## 18. Kapitel

# Adamu – 6. Schritt: Beobachten

Seid begrüßt, meine lieben Freunde, ich bin ADAMU von der Monaden-Entität der Plejaden-Zivilisation, der jetzt, wie immer, durch meinen lieben Freund und Schreiber Zingdad zu euch spricht.

Heute geht unsere kleine Reise, die wir gemeinsam unternommen haben, zu Ende. Heute biete ich euch eine Erörterung des letzten der Sechs Heiligen Schritte an.

Als Erstes möchte ich euch daran erinnern, dass diese Sechs Heiligen Schritte die Absicht verfolgen, Wirklichkeit zu erschaffen. Ihr unternimmt diese Schritte, um eure äußere Lebenserfahrung abzuändern.

In diesem Sinn sind sie kraftvolle Werkzeuge und sollten sorgfältig, achtsam und mit Respekt eingesetzt werden. Dazu möchte ich euch ebenfalls ermahnen, dass ihr nicht hingehet und einzelne Teile dieser Schritte benutzt, ohne euch all der anderen Schritte bewusst zu sein. Bitte arbeitet euch ausgehend vom ersten Schritt nacheinander durch alle hindurch. Die hinter uns liegenden Schritte sind:

1. Annehmen
2. Absicht
3. Handeln
4. Visualisieren
5. Emotionen

Und nun ergreifen wir die Gelegenheit für den letzten Schritt:

6. Beobachten

Dieser Schritt wird in fünf eigenständige Schritte unterteilt:

- a) Gewährsein
- b) Einwände
- c) Wiederholen
- d) Annehmen
- e) Feiern

### **Gewährsein**

Ihr solltet wissen, dass alle menschlichen Lebewesen *STÄNDIG* ihre Wirklichkeit erschaffen. Doch fast alle von euch tun es auf eine völlig unbewusste und unkontrollierte Art und Weise. Wenn ihr zum Beispiel dasitzt und euch ohne Ende Sorgen um eure Zukunft macht, dann sprecht ihr einfach nur **Absichtserklärungen** aus für Dinge, von denen ihr überhaupt nicht wollt, dass sie sich ereignen. Doch da ihr auch noch Zeit damit verbringt, zu fühlen, welche Schmerzen euch jene

Sorgen bereiten, ermächtigt ihr ebenfalls noch die **Emotionen**. Oft genug liegt ihr dann im Bett und **visualisiert** eure Sorgen noch zusätzlich. Da habt ihr also bereits drei der Sechs Heiligen Schritte.

Wenn ihr eine Versicherung abschließt, was an sich verbreitet ist und angemessen zu sein scheint, **handelt** ihr dann nicht? Investiert ihr nicht Energie in die katastrophalsten Geschehnisse, die ihr in eurem Leben überhaupt nicht haben wollt? An dieser Stelle möchte Zingdad, dass ich euch sage, dass ich kein Finanzberater und auch nicht befugt bin, euch zu raten, keine Versicherung abzuschließen (*er lacht*). Na gut. Ich weise lediglich darauf hin, was für mich einleuchtend ist: Solltet ihr etwa nicht eure Energie, das heißt euer Geld, in etwas stecken, das ihr wirklich möchtet? Dies sind jedoch nur einige wenige von vielen weiteren Beispielen, wie ihr unbeabsichtigt und unbewusst die Sechs Heiligen Schritte missbraucht, um Ergebnisse zu schaffen, die ihr nicht haben wollt.

Oder nehmt die Gehirnwäsche, wenn ihr euch die sogenannten „Fernseh-Nachrichten“ anschaut. Sie versorgen euch während ihrer Programmierung sogar mit den **Visualisierungen!** Wenn ihr dann über das, was ihr seht, wütend werdet oder davor Angst bekommt, dann setzt ihr auch noch eure **Emotionen** ein, um diesen sich stets entfaltenden Katastrophen eure schöpferische Kraft hinzuzufügen. Dabei ist es ihr größtes Bestreben, euch in ihre Programmierung emotional zu verwickeln.

Dasselbe geschieht, wenn ihr euch in der Runde mit eure Freunden und Kollegen über den Zustand der Welt beklagt; endloses Jammern ist schließlich nichts anderes als das Erklären einer **Absicht!** Es gibt so viele Möglichkeiten, wie die menschlichen Lebewesen ständig negativ erschaffen. Und, was am schlimmsten ist, wenn sie erhalten, was sie erschaffen, dann lamentieren sie: „Warum ich? Warum geschieht mir das? Das wollte ich nicht!“ – Das könnte sehr lustig sein, wenn es nicht so traurig wäre.

Also, liebe Freunde, im ersten Teil des **Beobachtens** geht es genau darum: Gewährsein, Achtsamkeit. Zunächst das Gewährsein, dass eure Lebensumstände aufgrund eurer *EIGENEN* Schöpfungen zu euch gekommen sind. Manchmal erhaltet ihr etwas, mit dessen Erschaffung ihr vor vielen Lebenszeiten begonnen habt. Und manchmal bekommt ihr einfach etwas, was eine völlig unbeabsichtigte Folge eurer Schöpfungen ist.

Zum Beispiel: Ein junger Mann sagt, er möchte eine hübsche Freundin. Und er versucht, sich das zu erschaffen. Doch er erschafft aus einer schäbigen Position heraus. Er möchte, dass dieses ganz andere menschliche Wesen ein ganz bestimmtes Aussehen hat, damit er sein Ego mit ihrer Anwesenheit schmücken und vor seinen Freunden angeben kann. Ihm geht es nicht um Liebe. Ihm geht es um eine Erhöhung seines Egos auf ihre Kosten und auf Kosten seiner Freunde. Wenn seine Schöpfung verwirklicht wird, dann bekommt er eine Frau, die nach außen äußerst attraktiv ist, die ich aber aufgrund ihres eigenen Schmerzes und ihrer inneren Unsicherheit ständig klein macht und hart mit ihm umgeht. Er bekommt, was er

ausstrahlt: eine Herabsetzung des Egos.

Wenn der junge Mann sich umgekehrt entscheidet, dass er eine Partnerin finden möchte, mit der er die größtmögliche Liebe empfinden und ausdrücken kann, dann wäre er auf einem viel gesünderen Weg. Dann könnte er feststellen, dass das Mädchen seiner Träume in sein Leben tritt. Sie wäre ideal für ihn, da ihre Stärken und Schwächen gut zu seinen passten. Ich bin sicher, ihr erkennt den Unterschied!

Aus diesem Grund *MUSS* das Bekunden der Absicht sehr sorgfältig erfolgen. Wie in dem Schritt ausgeführt, *MÜSST* ihr sehr sorgfältig prüfen, ob eure Absicht tatsächlich aus dem Herzen kommt und auf das größere Gute ausgerichtet ist. Sonst erntet ihr eine Vergeltung, die unbeabsichtigt schmerzvoll ist.

Dasselbe erfahren oft diejenigen, die die Absicht bekunden, eine Beförderung oder eine Geldsumme zu bekommen, die über das hinausgeht, was die anderen um sich herum haben. Solch ein Wunsch nach einer unverdienten Ungleichheit zwischen euch und anderen wird zu einem schmerzvollen Ergebnis führen.

Vielleicht stellt ihr fest, dass ihr euch ständig selbst sabotiert und es euch nicht gelingt, den Reichtum zu erlangen, den ihr euch wünscht. Oder vielleicht bekommt ihr einen gewissen Reichtum, doch ihr stellt fest, dass er leer, sinnentleert und einsam macht. Egal was für eine Absicht ihr bekundet, um etwas auf Kosten und über die Abwertung anderer zu erlangen, wird zu einem schmerzvollen Ausgang führen.

Und noch einmal, wenn ihr dieses schmerzhaftes Ergebnis bekommt, dann werdet ihr wahrscheinlich auch noch sagen: *„Aber ich habe dies nicht erschaffen!“*

Also, meine Freunde, ich lade euch nun ein, dass ihr aufhört, von euch als Opfer zu denken. Nehmt eure Schöpfungen zur Kenntnis. Nehmt zur Kenntnis, wenn die Dinge in eurem Leben geschehen, die ihr euch selbst eingebrockt habt. Und, was am wichtigsten ist, seht, wie die vorherigen fünf Schritte Früchte tragen.

Eine liebe Freundin von Zingdad bekundete die Absicht, schulden frei zu werden. Sie arbeitete sich durch die Sechs Heiligen Schritte. Ihr **Handlungs**-Schritt sah so aus, dass sie jeden Cent, den sie entbehren konnte, zum Abbezahlen ihrer Schulden nutzte. Der Schritt des „Beobachtens“ bestand für sie darin, die kleinen Wunder zur Kenntnis zu nehmen, die erfolgten, als das Universum sich mit ihr verbündete, um ihr zu helfen, schuldenfrei zu werden. Sie nahm es zur Kenntnis, wunderte sich und feierte die wundersamen Wege, auf denen ihre Schulden in einer erstaunlich kurzen Zeit auf nichts schrumpften. Genau SO funktioniert es! Und als sie schuldenfrei war, konnte sie zurück blicken und sagen: *„Dies brauchte nur ein Drittel der Zeit, die ich dafür angesetzt hatte!“* Dann konnte sie zugeben, dass für sie etwas Besonderes und Wunderbares geschehen war. Und dann konnte sie anfangen, an ihre Fähigkeiten zum Erschaffen zu glauben. Und sie lernte, dem zu vertrauen, und so konnte sie immer machtvoller erschaffen.

Auch Zingdad entschied sich vor längerer Zeit, dass es an der Zeit sei, Wohlstand in sein Leben fließen zu lassen. Er bekundete die Absicht, keinen Wohlstand zu „bekommen“ – ihn nicht auf Kosten anderer zu bekommen, sondern reichlich zu geben und dem Leben zu gestatten, ihn im Gegenzug mit Wohlstand zu segnen. Und dann beobachtete er, wie dies wie ein Wunder geschah. Wie ein Wunder begann das Leben, ihn mit mehr zu segnen, als er benötigt.

Das, meine Freunde, bringt mich zum Kernpunkt des **Beobachtungs**-Schritts. Es geht für euch darum, zur *KENNTNIS ZU NEHMEN*, dass ihr in der Lage seid, eure Wirklichkeit zu erschaffen. Seht, wie es geschieht. Bekräftigt, dass ihr diese Kraft habt. Trennt euch von dem Gedanken, etwas würde euch nur zufällig zustoßen. Transformiert euch von einem Lebewesen im Opferbewusstsein in ein Lebewesen mit einem Schöpfer/in-Bewusstsein.

Ja, ihr erschafft für euch erfreuliche Erfahrungen entlang des Weges, und das ist alles recht nett. Doch das, was hierbei wirklich zählt, ist, dass ihr eure Glaubenssätze verändert. Ihr werdet Schöpferinnen und Schöpfer. Und das geschieht nur mit diesem letzten Schritt, dem Beobachten.

## **Einwände**

Es ist notwendig, dass ich euch auf eine wesentliche Komplikation aufmerksam mache, die im Zusammenhang mit dem Erschaffen von Wirklichkeit entsteht. Die Dinge in eurem Leben, von denen ihr den Eindruck habt, dass sie euch nicht dienlich sind, sind keine willkürlichen Zufälle. Sie sind vorhanden, weil ihr sie erschaffen habt. Wenn ihr also jetzt anders erschafft, dann muss mit eurer alten Schöpfung etwas geschehen. Die Art und Weise, wie sich das oft niederschlägt, ist, dass in dem Moment, wo ihr anfangt, bewusst einen erwünschten Ausgang zu erschaffen, das Leben anfängt, euch alle Gründe vorzuführen, warum ihr dieses Ergebnis nicht haben solltet.

Das sind eure Einwände. Das sind die vielen alten Glaubensmuster, an denen ihr unbewusst hängt, warum ihr dieses erwünschte Ergebnis nicht haben könntet oder solltet.

Wenn diese Einwände kommen, dann reicht es oft, einfach zur Kenntnis zu nehmen: „*Oh, dies ist ein Einwand gegen meine Schöpfung!*“, und dann eure Absicht neu zu bestätigen und mit dem Erschaffen fortzufahren, als sei nichts gewesen. Manchmal reicht das. Doch manchmal erfordert es auch eine tiefere Arbeit. Manchmal wird eine Reise in eure Psyche notwendig sein, um herauszufinden, welches Teil in euch an begrenzenden Glaubensmustern festhält, die sonst weiterhin eure neue Schöpfung sabotieren würden.

Als Zingdad seine erste Veröffentlichung publizierte, (Band 1 der Aufstiegs-Schriften), meinte er, dass der Vertrieb einfach nicht in Gang käme. In der Tat zeigte sich nur eine verschwindend kleine Leserschaft daran interessiert, und kein Werbeaufwand würde ein größeres Publikum anziehen. Es boten sich ihm zwei

Schlussfolgerungen:

1. Das Buch war vom Ansatz her nicht gut genug, um das Interesse der Leser zu wecken
2. Er blockierte irgendwo selbst das Erschaffen seines Wunsches, sein Werk weitestgehend zu verbreiten.

zum Glück entschied er sich, die zweite Möglichkeit gründlich zu untersuchen, bevor er seine Arbeit ganz aufgab, indem er die erste Möglichkeit wählte!

Zingdad wandte seine Techniken zur Seelen-Wiedereingliederung bei sich selbst an und entdeckte ein vergangenes Leben, in dem er Macht über andere missbrauchte.

Jenes Leben beendete er mit dem Glaubensmuster, er sei verantwortlich für den Einfluss, den er auf das Leben der anderen hat. Mit solch einer kraftvollen Überzeugung ausgestattet wollte er unbewusst nicht, dass sich seine Bücher verkaufen! Seht ihr, wenn er selbst davon ausging, hundertprozentig dafür verantwortlich zu sein, was andere als Reaktion auf seine Ausdrücke tun, dann musste er glauben, dass er für den Seelenfortschritt eines Jeden verantwortlich sei, der jemals sein Buch liest! In der Tat eine beängstigende Aussicht! Das Ganze wurde noch dadurch verschlimmert, dass er auch eine tiefe Schuld, Beschämung und Reue über die Ereignisse des vergangenen Lebens empfand, was ihn insgesamt zu der Überzeugung kommen ließ, er verdiene keinen Erfolg.

Er fand also zwei Glaubensmuster, die ihn begrenzten. Und das waren die Einwände, die so lange weiterhin seine Schöpfungen blockierten, bis er sie letztlich frei gab.

Es würde den Rahmen der Erörterung über das Beobachten sprengen, jedes mögliche Szenario von Einwänden und ihre Lösungsansätze zu betrachten. Doch wenn ihr feststellt, dass eure Schöpfungen stocken oder dass es euch nicht gelingt, eine begrenzende Selbstsabotage zu überwinden, dann könnte es vielleicht nützlich sein, sich fachliche Unterstützung bei Jemanden zu holen, die oder der euch helfen kann, in eurer Psyche nach einem Teil Ausschau zu halten, das wieder eingegliedert werden muss.

## **Wiederholung**

Es muss wohl nicht hervorgehoben werden, dass einige Schöpfungen weitaus komplexer sind als andere. Manche Schöpfungen benötigen feinere Schichten, bevor sie voll in Erfüllung gehen. So kann es also sein, dass ihr beim Schritt des **Beobachtens** ankommt und feststellt, dass ein Teil eurer Schöpfungen eintrat, doch nicht alles. Oder ihr beobachtet, dass sich eure Schöpfung auf eine unerwartet unerwünschte Art und Weise manifestiert. Wie dem auch sei, es ist grundsätzlich erstrebenswert, einfach den Prozess noch einmal beim ersten Schritt zu beginnen, d.h. den Zyklus erneut zu durchlaufen. Vielleicht sogar mehrere Male. Vielleicht sogar sehr oft.

Wenn ihr euch allerdings entscheidet, alles noch einmal von vorne zu beginnen, dann fragt euch bei jedem Durchlauf, ob es etwas gibt, das ihr verändern oder anpassen solltet. Wenn das nicht der Fall ist, dann solltet ihr vielleicht eure Absicht zum Beispiel auf etwas Nutzbringenderes verlagern.

Macht euch aber klar, dass ihr hierbei sehr übertreiben könnt. Wenn ihr zwanghaft und ängstlich immer wieder Schritte wiederholt und bei jeder Wiederholung große Veränderungen einbringt, dann werdet ihr anfangen, so unterschiedlich und chaotisch zu erschaffen, dass eure Schöpfungen ebenfalls wieder begrenzt und blockiert sind.

## ☞ **Annehmen**

Nun kommen wir endlich zum letzten Teil des letzten Schritts. Wir enden so wie wir angefangen haben, mit dem **Annehmen**.

Das Annehmen ist für euch wesentlich, wenn ihr im Bewusstsein von Schöpferinnen und Schöpfern bleiben wollt. Was immer sich im Laufe eurer Reise durch die Sechs Heiligen Schritte zeigt, werdet ihr anschauen und annehmen müssen. Ihr müsst bekräftigen: „*Ja, das habe ich erschaffen.*“ Es ist entscheidend, dass ihr alle eure Ergebnisse eurer Schöpfungen annehmt. Etwas zu erschaffen und es dann zurückzuweisen, bedeutet, euren Schatten zu verdunkeln. Stellt also sicher, dass ihr euch im Annehmen von so vielem wie möglich von eurer Reise befindet; vor allem aber betrachtet die Sechs Heiligen Schritte nicht eher als abgeschlossen, bis ihr wieder im Zustand des Annehmens seid.

Wenn euch jemand ein Geschenk anbietet, dann gehört euch das Geschenk nicht eher als bis ihr es angenommen habt. Genauso seid ihr nicht eher Urheber eurer Schöpfungen, bis ihr sie annehmt. Und aus jener Position der Urheberschaft eurer Schöpfung könnt ihr euch dann fragen: „*Was möchte ich mit dieser Schöpfung, die ich jetzt habe, weiter anfangen?*“ Und so kann es sein, dass ihr erneut bei Schritt 1 beginnt.

## **Zum Abschluss**

So kommen wir also zum Ende unserer gemeinsamen Reise. Die Sechs Heiligen Schritte stehen euch jetzt als Werkzeuge zur Verfügung. Ihr werdet einen Nutzen davon haben, wenn ihr sie verantwortungsvoll nutzt und die Konsequenzen tragt, wenn ihr sie unbedacht anwendet. Es gibt kraftvollere und unmittelbarere Wege zum Erschaffen. Doch wie bei allen Werkzeugen ist es so, dass die Verantwortung im Umgang mit ihnen desto größer ist, je leistungsfähiger sie sind.

Die Sechs Heiligen Schritte sind ein guter Einstieg, da sie sogar von Lebewesen des tiefen dreidimensionalen Bewusstseins angewandt und genutzt werden können.



Selbst diejenigen, die noch nicht glauben, dass sie überhaupt ihre Wirklichkeit erschaffen können, können hier einsteigen, können die Schritte ausprobieren und auf diese Weise ihr Bewusstsein erweitern, indem sie entdecken, dass sie also doch ihre Wirklichkeit neu erschaffen können. Dies ist die wahre Kraft der Sechs Heiligen Schritte: Jenseits der Tatsache, dass ihr eure äußeren Umstände transformieren könnt, werden die Sechs Heiligen Schritte *EUCH* transformieren! Sie werden euch zu der Tatsache erwecken, dass ihr tatsächlich Schöpfer- und Schöpferinnen-Wesen seid. Dies wird euch auf der Reise des Erwachens zu einer noch größeren selbstschöpferischen Kraft einladen.

Diejenigen, die eine höhere Bewusstseinsfrequenz haben und bereit sind, kraftvoller und direkter mit der Neuschöpfung ihrer Wirklichkeit zu arbeiten, möchten vielleicht Erfahrungen mit den Schöpferwerkzeugen machen, die Zingdad demnächst als Teil der Serie „*Träumer Erwache!*“ vorstellen wird. Diese Schöpfungswerkzeuge sind für diejenigen geeignet, die sich bereits im Einheitsbewusstsein (Bewusstsein der 6. Dichte) befinden – und für diejenigen, die bereit sind, den Sprung in das Einheitsbewusstsein zu machen. Sie werden Lebewesen in der tiefen 3. Dichte nicht zur Verfügung stehen.

So wie ihr weiterhin immer mehr zum Einssein erwacht, so werdet ihr auch noch stärkere Schöpfungsfähigkeiten entdecken als die, die in den Schöpfungswerkzeugen aufgezeigt sind. Schließlich wird euch, sobald ihr Lebewesen der siebten Dichte seid, jeder Gedanke auf magische Weise Erfahrungen bringen.

Doch das ist alles für viel, viel später auf eurer Reise durch das Erwachen. Für jetzt ... habt Spaß mit den Sechs Heiligen Schritten und wendet sie achtsam, respektvoll und liebevoll an und erntet die Belohnung durch schöne und freudige Schöpfungen.

Ich bin Adamu aus der Monaden-Einheit der Plejaden-Zivilisation und wurde wieder durch Zingdad zu euch gebracht.

Weitergabe nur in Schriftform und nur unverändert mit folgenden Angaben:

<http://zingdad.com/publications/videos/the-adamu-speaks-series/161-9-intention>

Copyright: © Zingdad

Abb./Quelle: [www.zingdad.com/adamu](http://www.zingdad.com/adamu)

©Übersetzung: Karla Engemann [www.klang-weg.de/blog](http://www.klang-weg.de/blog)

Den Originaltext und weitere Angebote dieses Autors finden Leser/innen auf <http://zingdad.com>

## Nachwort

Es war mir ein Bedürfnis, diese Inhalte zu Papier zu bringen. Es ist eine Mischung aus eigenen Texten und übernommenen Texten geworden und etwas hat mich gedrängt, sie zu veröffentlichen.

Ich erlebe immer wieder, wie schnell Missverständnisse entstehen können, wie viele Sichtweisen und Vorurteile beim Lesen einfließen. Mir selbst passiert das auch. Ich bitte Dich deshalb: Nimm auch diese Texte nicht 1:1 für wahr (*es ist nur eine Sichtweise von wahrscheinlich mehreren möglichen*) und folge immer Deiner eigenen inneren Wahrheit.

Es ist normal, dass sich die Bedeutung der Dinge verändert (*In dem Kapitel zur Wahrheit habe ich versucht, ein wenig dazu zu schreiben*).

Die meisten von uns kennen das: beim ersten Lesen bekommst Du ein bestimmtes Bild von dem, was Du gelesen hast. Liest Du denselben Text später noch einmal, fallen Dir ganz neue Aspekte auf, die Du vorher nicht wahrgenommen hast. Du bekommst ein anderes Bewusstsein davon. Wir sind alle unterwegs. Unser Bewusstsein wandelt und erweitert sich ständig. Das ist der Weg.

Im Augenblick gibt es viele Veröffentlichungen zur Schöpferkraft. Erkenntnisse dazu habe nicht nur ich, sondern sie lassen sich an vielen Stellen wieder finden. Ich freue mich, wenn Du etwas aus dieser Schrift für Dich mitnehmen kannst und wenn Du weitere Schritte auf Deinem Weg als Schöpferin und Schöpfer machst.

Sobald es beginnt, in unser Bewusstsein zu dringen, dass wir Schöpfer/innen sind, suchen wir nach klaren und überzeugenden Beweisen. Ich weiß, es gibt sie, aber ich fürchte auch: die gibt es nicht bei jedem/jeder. Möglicherweise kommen sie eher in kleinen Schritten und auf leisen Sohlen daher: auf einmal werden die Beschwerden, die mich plagten, weniger. Dann verschwinden sie nach und nach. Waren es die Medikamente, die Nahrungsergänzungsmittel, die veränderte Lebensweise? Ich glaube, dass beim Erschaffen neuer Möglichkeiten für uns alle Formen von Veränderungen, Mittel und Maßnahmen enthalten sind. Also auch die neuen Medikamente, die wir nehmen, der neue Arzt, die Heilpraktikerin und überhaupt vieles, was wir neu anfangen oder auch altes, was wir jetzt anders aufnehmen und anders machen.

Meine Schwingung, meine Vibration zieht das Gewünschte an, also erhöhe ich sie. Wir dürfen dann wahrnehmen, was passiert und immer mehr uns selbst vertrauen.

In diesem Sinne wünsche ich alles Gute für Dich, viel Licht und Liebe und natürlich auch Erfolg.

Von Herzen

Eberhard Pröiß

Dieses E-Book wird kostenlos von Eberhard Pröbß angeboten und darf niemals verkauft werden. Sie dürfen es gern unter zwei Bedingungen mit anderen teilen und an sie weiterleiten:

Sie dürfen auf keine Weise das Buch oder die digitale Datei verändern oder sie in ein audio/video o.ä. Format umsetzen, denn dies würde das Urheberrecht verletzen. Und

Sie dürfen es nicht verkaufen (oder als Bestandteil einer sonstigen verkauften Ware anbieten oder mit einem Spendenaufruf versehen), denn dies wäre Betrug. Sie werden dazu ermuntert, dieses Werk an so viele zu verteilen, wie Sie möchten und wie es der Autor getan hat: *in seinem derzeitigen Format und kostenlos.*