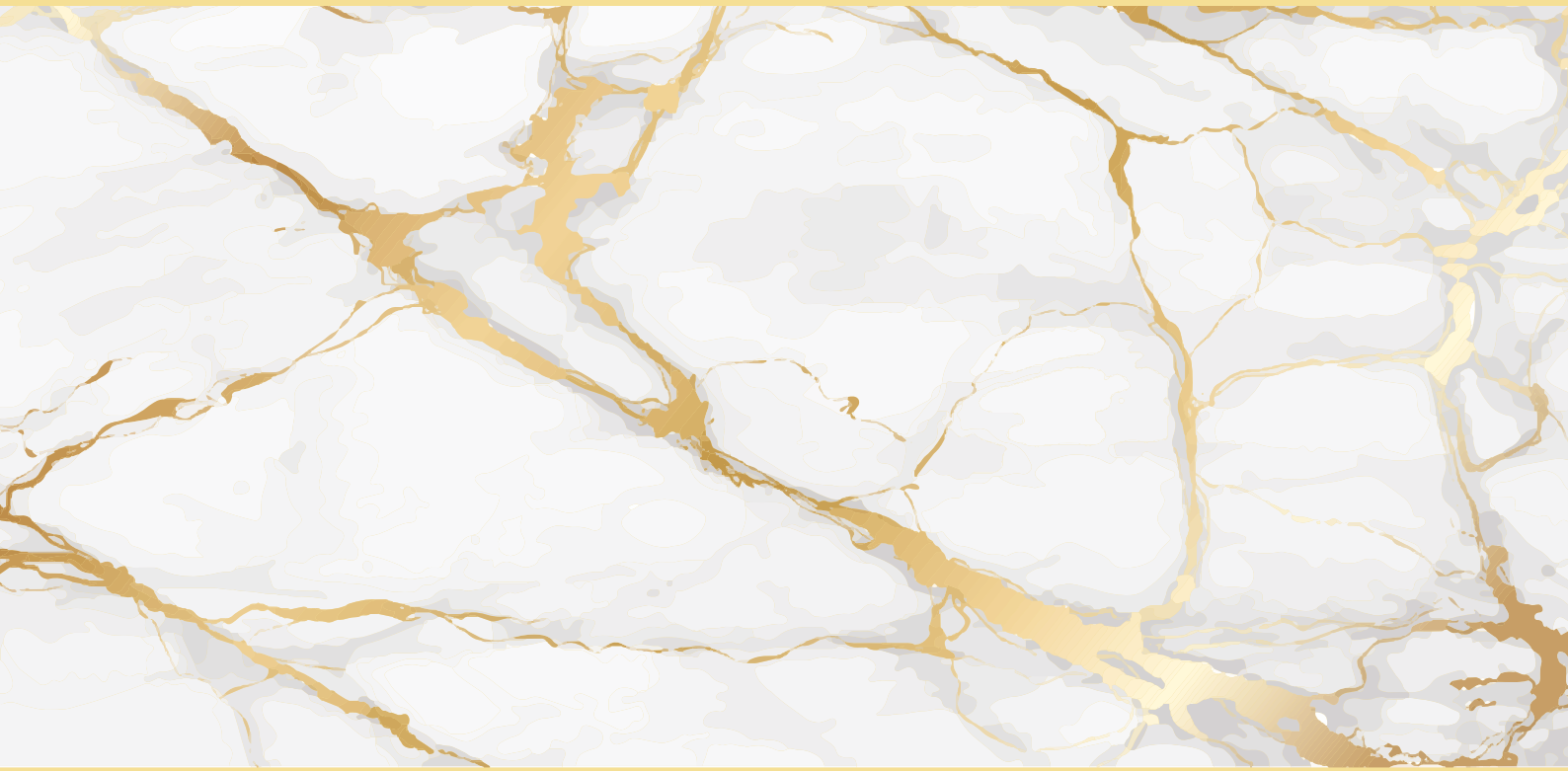




Leben im erwachten
BEWUSSTSEIN
KURT TEPPERWEIN



WORKBOOK

Kurs

Lektion 1: Einführung

- 1.1. Warum brauchen wir diesen Kurs?
- 1.2. Was du in diesem Kurs lernen wirst
- 1.3. Journal Aufgabe: Frage deinen inneren Meister

Lektion 2: Wer bin ich und was soll ich hier?

- 2.1. Leben als Mensch vs. erwachtes Bewusstsein
- 2.2. Als erwachtes Bewusstsein das Leben erfahren
- 2.3. Zu Bewusstsein kommen in 10 Schritten
- 2.4. Gesetzmäßigkeiten des Lebens
- 2.5. Inkarnationsvertrag

Lektion 3: Finde dein Berufung

- 3.1. Vom Beruf zur Berufung
- 3.2. Journal Aufgabe: Liste- Finde deine Berufung!
- 3.3. Journal Aufgabe: Fragen zu deiner Berufungsfindung

Lektion 4: Der Sinn des Lebens

- 4.1. Verstand vs. Bewusstsein über den Sinn des Lebens
- 4.2. Realität und Wirklichkeit
- 4.3. Das Geheimnis erfolgreichen Manifestierens
- 4.4. Übung: Universelle Wahrheit
- 4.5. Die Kunst des Lassen
- 4.6. Journal Aufgabe: Checkliste zum Spiel des Lebens

Lektion 5: Botschaften des Lebens

- 5.1. Das Leben spricht ständig zu dir
- 5.2. Journal Aufgabe: Lebensbilanz
- 5.3. Übung: Was sagt die Sprache des Lebens

Lektion 6: Was krank macht vs. Gesundheit

- 6.1. Botschaften des Körpers
- 6.2. Wie du für immer gesund bleibst
- 6.3. 6 Schritte zur vollkommenen Gesundheit
- 6.4. Übung: Die verborgene Ursache meiner Krankheit

Lektion 7: Werde Ursache für die Liebe

- 7.1. Die ideale Partnerschaft
- 7.2. Journal Aufgabe: Werde zum idealen Partner

Lektion 8: Werde Ursache von Wohlstand

- 8.1. Entscheide dich für Erfolg
- 8.2. Zielfokussierung
- 8.3. Journal Aufgabe: Fragen zum Wohlstand

Lektion 9: Ursache von Leiden

- 9.1. Bewusstsein leidet nicht
- 9.2. Übung: Fragen zur Konfliktanalyse
- 9.3. Journal Aufgabe: Was würde ich ändern & Wertehierarchie

Lektion 10: Erwachen ist der erste Anfang

- 10.1. Erwachen und Erleuchtung
- 10.2. Journal: Endreflexion

Kursinhalt:

In diesem Kurs lernst du den schöpferischen Geist vollumfänglich zu nutzen. Du gelangst in eine andere Wahrnehmung, in der du dich selbst erkennst, vom Opfer zur Ursache wirst, von der Projektion zur Selbstverantwortung und von Ohnmacht zur Macht. Erlerne die Sprache des Lebens, damit es dir möglich ist, alle Erfahrungen und Hinweise für dich zu nutzen und ein erfolgreiches, erfülltes und gesundes Leben zu führen.

Finde dein Berufung und lebe in Fülle. Manifestiere deinen Traumpartner und lebe in einer glücklichen Partnerschaft. Bleibe gesund und vital bis ins hohe Alter.

Kurt Tepperwein:

Prof. Kurt Tepperwein, geboren 1932 in Lobenstein, war erfolgreicher Unternehmer und Unternehmensberater, zog sich 1973 aus dem Unternehmertum zurück und wurde Heilpraktiker und Forscher auf dem Gebiet der wahren Ursache von Krankheit und Leid, er wurde Dozent und Autor zahlreicher Lebens- und Selbsthilfebücher.





Lektion 1: Einführung

Lektion 1: Einführung

1.1. Warum braucht diese Welt diesen Kurs?

Weil die Welt im Wandel ist und dementsprechend müssen wir uns auch wandeln.

Um aufzuwachen und zu leben als der, der wir wirklich sind, denn erst damit beginnt unser wahres Leben.

Um unsere Lebensabschnitt zu erkennen und zu erfüllen und unserer wahren Berufung zu folgen.

Um vom Denken zur Wahrnehmung zu kommen.

Um die "Sprache des Lebens" zu verstehen und "Die Botschaften unseres Körpers".

Um uns mit den "Gesetzmäßigkeiten des Lebens" vertraut zu machen, denn wir können "Das Spiel des Lebens" nur erfolgreich spielen, wenn wir die Spielregeln kennen.

Um uns als bewusster Schöpfer zu erkennen und unser Leben und Schicksal bewusst selbst in die Hand nehmen.

Um möglichst ständig "online" zu sein und uns von der "universellen Weisheit" führen zu lassen und so nur noch richtige Entscheidungen im Leben treffen.

Leben ist ein ständiger Wandel und dieser Kurs zeigt, was und wie zu tun ist.

1.2. Was du in diesem Kurs lernen wirst

- Aufzuwachen aus dem Traum, wach zu sein
- Die Identifikation mit der "Illusion des Ich" zu beenden
- Vom Denken zur Wahrnehmung zu kommen
- Liebe-volles Miteinander
- Dein "Werkzeug Körper" zu optimieren
- Deine wahre Lebensabsicht & Berufung erkennen
- Dein Weg zu Gesundheit, Erfolg, Wohlstand und Glück einschlagen
- Die "Gesetzmäßigkeiten des Lebens" erlernen
- Ob du dein Ego glücklich machen willst, oder dich Selbst
- Wirklich zu leben
- Nur noch richtige Entscheidungen treffen
- Möglichst ständig "online" zu sein
- Wie du optimal lernst und Informationen richtig nutzt
- Alles Unbewusste loszulassen
- Wie mit deinem "Sosein" deine Zukunft bestimmst
- Leben als "bewusster Beobachter"
- Die "Sprache des Lebens" und "Die Botschaften unseres Körpers"
- Leben und Handeln im "Master-Mind"
- Bewusst Leben als "Unsterblicher"
- Leben als "Little Buddha" im Alltag"
- Eintreten in die Faszination des Alltäglichen
- Die Einmaligkeit dieses Augenblicks zu erleben
- Bewusst eintreten in die eigene, natürlich Vollkommenheit
- Bewusst leben in meinem wahren Körper
- Sich aus dem Hamsterrad des Karmas zu befreien
- Das Ärgern verlernen
- Alles als Chance zum Besseren zu nutzen
- Vergangenheit loslassen
- Wie man wirklich märchenhaft lebt
- Wie man am Start schon gewonnen hat und aus jedem Vorhaben einen Erfolg macht
- Wie man die richtigen Gewohnheiten schafft
- Die Kunst des Genießens
- Wie man erfolgreich manifestiert
- Wie man seine geistige Geburt vollendet
- Wie man aus seinem Leben ein Meisterwerk macht

1.3. Journal:

Frage deine/n innere/n Meister/in:

Was suche ich? Glück?

Was würde ich tun als Glückliche/r?

Was wäre das Tollste/ Wichtigste, das noch geschehen könnte? Was müsste dazu geschehen? Was hindert mich, und wie kann ich mit diesem Hindernis umgehen?



Lektion 2: Wer bin ich und was soll ich hier?

Lektion 2: Wer bin ich und was soll ich hier?

Unser Leben wird von zwei wesentlichen Energien bestimmt. Erstens der Entscheidung, als wer wir leben und zweitens den "universellen Gesetzen". Erlebst du dich als Mensch, der irgendwann geboren wurdest, der mit der Zeit älter wird und irgendwann stirbt? Dann hast du die ganz normalen menschlichen Probleme, lebst in der "Illusion des Ichs" und lebst gar nicht wirklich dein Leben. Oder erkennst du dich als reine Existenz, die vorübergehend in die Begrenzung einer menschlichen Existenz gegangen ist, um hier bestimmte Erfahrungen zu machen. Fühlst du das als Wirklichkeit, dann und erst dann bist du in deinem wahren Leben angekommen. Denn das Leben eines Menschen beginnt nicht mit der Geburt seines Körpers, sondern erst in dem Augenblick, wenn er zu sich Selbst erwacht und lebt als der, der er wirklich ist.

Du beendest die Identifikation mit dem "Ich" sofort, indem du dir beim Leben zuschaust, als der bewusste Beobachter. Bewusstsein ist nicht ein Teil des Menschen, es ist der Mensch. Das, was du wirklich bist. Damit wählst du ein ganz anderes Lebensprogramm und ziehst nur noch Ereignisse in dein Leben, die deinem "erwachten Bewusstsein" entsprechen und trittst ein in das faszinierende Abenteuer deines wahren Lebens.

2.1. Leben als Mensch vs. erwachtes Bewusstsein

Für ein "Ich" ist das Leben ein Problem. Ständig sind Entscheidungen zu treffen und der Verstand ist klug genug zu wissen, dass er sich oft irrt. Es sind Aufgaben zu lösen, für die er keine Lösungen weiß. Das "Ich" hat viele Wünsche und nicht alle werden erfüllt. Manche Entscheidungen enden mit einer Enttäuschung.

Ein "Ich" ist der Handelnde, verursacht ständig "Karma" und sitzt damit im "Hamsterrad des Karmas" fest. Das "Ich" verliebt sich und will den anderen ja auch "haben". Es ist traurig, wenn es ihn nicht bekommt und wenn es ihn bekommt, ist es oft der Falsche und es ist traurig. Das "Ich" geht einer Tätigkeit nach, um seinen Lebensunterhalt zu verdienen, anstatt seiner wahren Berufung zu folgen. Das "Ich" kann nicht immer gleich das Richtige tun, weil es das gar nicht vorher erkennt. Es klettert die "Erfolgsleiter" mühsam hoch, um irgendwann zu erkennen, dass es an der falschen Mauer stand.

Das "Ich" erlebt ständig Probleme, Ärger, Ängste, Sorgen, Enttäuschungen und Misserfolge, die neue Schwierigkeiten verursachen.

Es ist ein Leben lang mit unnötigen "menschlichen Problemen" beschäftigt und glaubt, das Leben sei ein Problem.

Es entwickelt so negative Glaubenssätze wie: Es kommt nicht immer so, wie man das gerne hätte." oder: "Man

kann nun mal nicht alles haben.“ und verursacht das auch damit. Nur ein “Ich” kann sich ärgern, macht sich Sorgen, hat Angst, kennt Probleme, Misserfolge und Enttäuschungen und macht sich damit das Leben schwer. Es kennt Krankheiten, Mangel und Leid und glaubt, Leben ist nun mal so, aber das stimmt nicht. Auch ein “Ich” glaubt zu leben, dabei schläft es und träumt nur den Traum vom Leben und das ist meist ein Albtraum.

Ein “Ich” kann weder glücklich, noch gesund, oder vollkommen werden.

Für ein “erwachtes Bewusstsein” ist Leben ganz einfach. Es nimmt “Jetzt” wahr, was zu tun ist und tut gleich das Richtige. Es gibt keine Probleme und keine Enttäuschungen. Nichts ist zu entscheiden. Was stimmt, wird getan und was nicht stimmt, kommt gar nicht erst infrage. Das Leben ist ein Geschenk und reine Freude.

Erwachtes Bewusstsein macht aus jedem Vorhaben einen Erfolg. Als “bewusster Beobachter” kommst du vom Denken zur Wahrnehmung.

Als “erwachtes Bewusstsein” lebst du ständig bewusst in deinem gesunden, ewig jungen, wahren Körper und erlebst deine eigene, natürliche Vollkommenheit bei allem was du gerade tust.

Du bist wieder bewusst ein ungetrennter Teil des Allerhöchsten. Erst damit hast du deine “geistige Geburt” vollendet. Das verändert dein “Sosein” und damit dein Schicksal, dein Leben.

Du bist ständig “online” und lässt dich von der “universellen Weisheit” führen und bist wieder “Eins mit dem Einen”. Damit ziehst du nur noch die Menschen, Dinge, Ereignisse und Situationen in dein Leben, die deinem “erwachten Bewusstsein” damit ziehst du nur noch die Menschen, Dinge, Ereignisse und Situationen in dein Leben, die deinem “erwachten Bewusstsein” entsprechen. Das “Eine Sein” wirkt durch dich als Du.

Du genießt bewusst das “Spiel des Lebens” und bist dein eigener Lehrer und Meister. Du lebst und handelst ständig im “Master-Mind”.

Dazu brauchst du nichts zu ändern, denn das alles bist du ja bereits.

Damit kommst du vom begrenzten Intellekt des Verstandes zur umfassenden Intelligenz des erwachten Bewusstseins und machst damit einen Sprung in deiner individuellen Evolution. Du erlebst bewusst das Leben als “ewige Premiere”, denn jeder Augenblick ist einmalig, war noch nie und wird nie wieder sein. Bewusstsein wählt gleich den richtigen Partner und nimmt wahr, wie es mit ihm glücklich wird, erkennt seinen Weg zu Gesundheit, Erfolg, Wohlstand und Glück.

Die ganzen “menschlichen Probleme” verschwinden, sobald du zu dir selbst erwacht bist und du lebst als der, der du wirklich bist.

Das ändert sofort das “Sosein”, deinen “Schicksalsmagnet” und damit dein Schicksal, deine Zukunft, dein ganzes Leben. Denn wenn du stimmst, dann stimmt auch dein Leben. Erst damit beginnt dein wahres Leben. Alles bis dahin war nur Vorbereitung darauf.

“Ich tue, was JETZT zu tun ist.”

2.2 Als "erwachtes Bewusstsein" das Leben erfahren

Das Leben besteht nur noch aus "Jetzt".

Vergangenheit ist ohne Bedeutung, weil für immer vorbei. Aber auch um die Zukunft muss man sich nicht kümmern, weil sie ja im "Jetzt" entsteht. Wenn das "Jetzt" stimmt, dann stimmt auch die Zukunft.

Jedes "Jetzt" ist einmalig, war noch nie und wird nie wieder sein.

Und immer enthält es eine besondere Chance. Es ist ein ständig faszinierendes Abenteuer.

Leben ist so eine ewige Premiere und immer neu.

Es ist ein Geschenk und eine reine Freude. Du bist immer erfolgreich, weil ja immer genau das geschieht, was du verursachst und sie können alles jederzeit ändern. Plötzlich ist Leben ganz einfach, weil du dich nur noch um das "Jetzt" kümmern musst.

Du erlebst die "Leichtigkeit des Seins". Du hast den "Rucksack der Vergangenheit" abgelegt. Es gibt keine Sorgen um die Zukunft und du bist frei. Du lebst "ledigen Gemütes", wie Meister Eckhart gesagt hat und sie möchten diese Erfahrung gerne mit anderen teilen.

Du erlebst nie mehr ein Problem oder eine Enttäuschung. Nur noch Wunder des ewigen neuen "Jetzt". Du nimmst ständig wahr, was jetzt stimmt und reihst ein erfülltes "Jetzt" an das andere zu einem erfüllten Leben.

Du nimmst die Bedürfnisse deines Körpers wahr und gibst ihm in jedem "Jetzt", was er braucht. Das gilt auch für deinen Partner, für deine Berufung, für dein ganzes Leben.

Im "Jetzt" gibt es keinen Stress, weil im "Jetzt" nie mehr als eins zu tun ist und du gehst mit heiterer Gelassenheit durch dein Leben.

Du bist ständig "online" und "Eins mit dem Einen", kannst ganz loslassen und Gott wirkt durch dich als Du.

Du erlebst bewusst deine eigene, natürliche Vollkommenheit, indem du alles, was gerade zu tun ist, so vollkommen wie möglich tust.

Dadurch wird dein Schicksal, dein ganzes Leben, ein vollkommener Ausdruck der eigenen Vollkommenheit deines wahren Wesens.

Das Schöne ist, dazu brauchst du gar nichts zu ändern. Denn das alles bist du ja bereits, du hast es nur vergessen. Und jedes "Jetzt" ist eine Chance, dich wieder zu er-innern.

Und du lebst von da an im Paradies des "Jetzt". Komm rein, die Tür ist offen und du bist Willkommen.

2.3. "Zu Bewusstsein kommen" in 10 Schritten! Erinnern an die Wirklichkeit

Bewusst machen: Ich habe einen Körper mit Verstand. Ich bin nicht mein Körper. Ich bin nicht mein Verstand. Ich bin Bewusstsein, das hier nur vorübergehend zu Gast ist, um bestimmte Erfahrungen zu machen.

Als "bewusster Beobachter" meinen Körper beim Leben zuschauen und damit sofort und zuverlässig die Identifikation mit dem "Ich" beenden.

Gleichzeitig komme ich damit sofort vom Denken zur Wahrnehmung.

Erst als "erwachtes Bewusstsein" kann ich "online" gehen und komme so in die universelle Wahrnehmung.

Ich kann das "Tor des Himmels" öffnen und komme so vom normalen halbseitigen Denken zum ganzseitigen Denken und vom holistischen Denken zur universellen Wahrnehmung.

Ich kann bewusst leben als Unsterblicher, der ich ja bin. Ich kann so bewusst leben in der Zeitlosigkeit des ewigen Jetzt und erlebe mein ganzes Leben als Meditation. Ich trete bewusst sein in das faszinierende Abenteuer des Alltäglichen.

Ich kann bewusst ein Segen sein für jeden, der mir begegnet.

Dieses Erwachen zu sich Selbst ist mir das einzig wichtige im Leben und die Vollendung meiner geistigen Geburt. Dazu muss ich nichts ändern, denn das alles bin ich bereits. Ich brauche mich nur wieder zu er-innern.

Ich kann bewusst leben in meinem vollkommenen, gesunden, ewig jungen, wahren Körper, der mich durch alle Inkarnationen begleitet und in dem ich ohnehin ständig lebe.

Alle "menschlichen Probleme" sind die Folge einer "geistigen Krankheit", die vollkommen geheilt wird durch das Erwachen zu sich Selbst. Vollkommenheit ist mein natürlicher Zustand und daher ist alles Unvollkommene unnatürlich und falsch und verursacht erst die ganzen "menschlichen Probleme".

Es ist der erste Schritt vom Erwachsenen zum Erwachten. Damit habe ich alles erreicht, was man in der "Schule des Lebens" erreichen kann und bin bereit für die nächste Dimension.

Alle Schritte umsetzen in gelebtes Leben und dadurch "Die Macht der Wiederholung" zur Gewohnheit machen.

WILLKOMMEN ZU HAUSE!

2.4. Gesetzmäßigkeiten des Lebens

Nichts in der Welt ist Zufall, sondern gehorcht den "Geistigen Gesetzen". Ob wir sie nun kennen oder nicht- diese Gesetze bestimmen unser Leben. Sobald du diese Gesetze kennst und befolgst, werden sie zum Schlüssel für das bewusste Gestalten deines Lebens.

Kennst du diese Gesetze nicht, schaffst du dir unwissentlich Umstände, die du gar nicht willst, stören deine Beziehungen, deinen beruflichen Weg, deine finanzielle Situation, deinen Erfolg und Wohlstand und deine Gesundheit. Durch diese Unkenntnis verursachst du unnötiges Leid, Probleme und Mangel, aber die Gesetze sind gleichzeitig auch der Schlüssel zu einem erfolgreichen und erfüllten Leben.

Alles ist möglich, was innerhalb deiner Glaubensgrenze liegt. Geht nicht, gibt es nicht. Du kannst so die natürliche Fülle in allen Bereichen deines Lebens in Erscheinung rufen, indem du sie verursachst.

Wir haben die Möglichkeit, alles von einem Augenblick zum anderen zu ändern, indem du eine Ursache setzt. Die wichtigste Ursache ist dein "Sosein", deine Dauerauftrag an das Leben für entsprechende Ereignisse. Alles was du erlebst, ist ein genaues Spiegelbild deines "Soseins". Dein "Sosein" bestimmt dein ganzes Leben, dein Schicksal, deine Zukunft. Du kannst jederzeit dein "Sosein" ändern, durch bewusste Gute Laune und dein Bewusstes sympathisch sein. Mach dir einmal bewusst, was du gerade mit deinem "Sosein" in dein Leben ziehst und ob es das ist, was du wirklich willst. Verändere deine Schwingung entsprechend und wandel dein ganzes Leben so in dein Ideal.

Wenn du willst, dass die Welt lächelt, musst du zuerst lächeln, denn ein Spiegelbild kann nur lächeln, wenn du zuerst lächelst. Ein Spiegelbild hat keine Wahl, du schon!

Dein "Sosein" besteht im Wesentlichen aus deinem Selbstbild, als wer du lebst und wovon du überzeugt bist. Und vor allem, worauf du deine Aufmerksamkeit richtest- auf den erlebten Mangel oder die natürliche Fülle? Du solltest daher erst einmal lernen, unerwünschte Ereignisse nicht mehr energetisch hervorzurufen oder anzuziehen und dann die erwünschten Ereignisse energetisch zu verursachen und damit als erlebte Realität zu manifestieren.

Du musst nur die richtige Ursache setzen und das Leben bringt zuverlässig die gewünschte Wirkung hervor. Es ist so zuverlässig wie das Einschalten von Licht. Er spielt keine Rolle, wie dunkel es im Raum ist oder wie lange es schon dunkel ist. Sobald du den Schalter drückst, geht das Licht an. Eine Situation kann noch so schwierig oder gar aussichtslos sein. Du kannst sie in jedem Augenblick ändern, indem du eine andere Ursache setzt.

"Gesetz von Ursache und Wirkung"

Jeder Gedanke, jedes Gefühl, jede Überzeugung und jede Handlung ist eine Ursache und kehrt zu dir zurück, als Ereignis, als Umstand, Situation oder "Zu-fall". Das Leben hat keine Möglichkeit, etwas anderes erfolgen zu lassen, als genau das, was der von dir gesetzten Ursache entspricht. Das Leben reagiert nur auf deine Anweisungen.

Aus dem "Gesetz von Ursache und Wirkung" gehen mehrere andere Gesetze hervor. Das "Gesetz des Glaubens" zum Beispiel: Dein Glaube ist eine Ursache, die eine entsprechende Wirkung hervorruft. Das gilt auch für das "Gesetz der Dankbarkeit", denn gefühlte Dankbarkeit ist eine Ursache, der eine entsprechende Wirkung folgt. Auch das "Gesetz der Resonanz" ist eine Ursache, der ebenso zuverlässig die entsprechende Wirkung folgt. Das gilt auch deinen Erfolg, denn wie die "Weisheit der Sprache" schon sagt, ist Erfolg etwas, das er-folgt, also eine Wirkung, der eine entsprechende Ursache vorausgegangen sein muss. Das gilt auch für das Gesetz "Gleiches bringt Gleiches hervor", denn wenn du dich ärgerst, verursacht das ärgerliche Situationen in der Zukunft. Sogar wenn du schlecht gelaunt bist, verursachst du damit zuverlässig Umstände, die deine Laune in der Zukunft belasten. Aber die bewusste Anwendung dieser universellen Gesetze ist auch der Schlüssel für ein liebevolles und segensreiches Leben, indem du den ersten Schritt tust, denn: "Erst kommt die Saat, dann die Ernte".

Einer der Gründe, warum wir auf der Erde sind, ist das Erkennen, Verstehen und Nutzen der "Geistigen Gesetze". Damit entwickeln wir uns weiter und heben das Bewusstsein der Welt.

Zu leben ohne die "universellen Gesetze", ist wie das Auto fahren, ohne die Kenntnis der Straßenverkehrsordnung. Du hattest keine Chance, auch nur einen Tag zu überstehen, ohne einen Unfall und so ist das Leben der meisten Menschen voller Schwierigkeiten und sie glauben, das Leben sei eben so, ohne zu wissen, dass sie das alles unwissentlich verursachen.

"Das Gesetz des Erfolgs"

Erfolg ist etwas, das er-folgt. Bevor etwas er-folgen kann, muss etwas vorausgehen. Bevor etwas er-folgt, steht so schon fest, was er-folgen wird. Jeder ist immer 100 % erfolgreich. Es er-folgt aber nicht immer das, was du dir wünschst, dringend brauchst oder haben willst, sondern nur das, was du verursachst. Wenn du das "Gesetz des Erfolgs" kennst und beachtest, kannst du jeden gewünschten Erfolg er-folgen lassen. Ein Misserfolg ist nicht möglich, weil immer genau das er-folgt, was verursacht wurde. Ein Misserfolg ist immer nur ein Zwischenergebnis auf dem Weg zum endgültigen Erfolg und eine wichtige Botschaft des Lebens und eine Aufforderung, etwas zu ändern. Wahrer Erfolg ist mühelos.

"Gesetz der Resonanz"

Das "Gesetz der Resonanz" bietet dir die Möglichkeit, alles in deinem Leben zu ziehen, was immer deinem "Sosein" entspricht, denn dein "Sosein" ist dein Dauerauftrag an das Leben, dir entsprechende Ereignisse zu schicken. Du kannst deine Realität nur ändern, wenn du dein "Sosein" änderst. Du kannst dein "Sosein" sofort entscheidend verändern, indem du sympathisch bist, gut gelaunt und dich mit Wohlwollen und Liebe erfüllst. Damit ändert sich im gleichen Augenblick deine Schwingung und damit deine Ausstrahlung und deine Zukunft.

"Gesetz der Wandlung"

Das "Gesetz der Wandlung" bietet dir die Möglichkeit, alles was ist zu wandeln in das, was sein soll. Eine Situation kann noch so schwierig oder gar aussichtslos sein, aber sie kann in jedem Augenblick geändert werden, indem du eine neue Ursache setzt. Die Wandlung kann auch als Dauerauftrag erfolgen. Permanenter Wandel heißt, alles Unstimmige immer sofort in sein ideal zu wandeln.

"Macht des Dankens"

Ehrlichen Herzens zu Danken ist der Anfang aller Wunder und der schnellste Weg zur Erfüllung, das wirksamste Gebet, das immer erhört wird, denn das wofür du dankst, verursacht das, wofür du dankst. Ständige Dankbarkeit ist eine zuverlässige Ursache für die Fülle im Leben. Mache Dankbarkeit in deinem Leben zur Gewohnheit, indem du möglichst viele Sätze mit: "Ich bin dankbar für..." beginnst.

"Gesetz des Glaubens"

Das was du glaubst, bestimmt das, was du erlebst, denn "Einem jeden geschieht nach seinem Glauben". Wovon du überzeugt bist, schafft das, wovon du überzeugt bist. Ob du glaubst, etwas zu schaffen oder nicht. Du wirst in beiden Fällen recht behalten. Wenn wir unsere Überzeugungen nicht bewusst bestimmen, übernehmen die bisherigen Überzeugungen die Gestaltung der Zukunft. Jeder erlebt so seine als Realität sichtbar gewordene Überzeugung.

Es gibt noch mehr "Geistige Gesetze". Lesetipp: Kurt Tepperwein: Die Geistigen Gesetze

2.5. Inkarnationsvertrag

Ich bekomme für die Dauer meiner Schulzeit einen Körper.

Ist er unbrauchbar geworden, muss ich die Schule des Lebens verlassen.

Ich bin hier, um meine eigene natürliche Vollkommenheit bewusst zu erleben, damit ich bewusst vollkommen bin.

Ich bin mit einer bestimmten Lebensabsicht gekommen, die ich erkennen und erfüllen sollte.

Ich sollte mich so bald wie möglich mit den "Gesetzmäßigkeiten des Lebens" vertraut machen.

Dazu gehört, meiner Berufung zu folgen.

Krankheit ist keine Notwendigkeit.

Ich sollte so bald als möglich die Identifikation mit der "Illusion des Ich" beenden und leben als "bewusster Beobachter".

Damit komme ich vom Denken zur Wahrnehmung.

Ich erkenne ständig, was zu tun ist und tue das Richtige.

Ich sollte mich so bald als möglich aus dem "Hamsterrad des Karmas" befreien, damit das meine letzte Inkarnation ist.



Lektion 3: Finde deine Berufung

Lektion 3: Finde deine Berufung

3.1. Vom Beruf zur Berufung

Du bist mit einer bestimmten Absicht gekommen. Erfüllung kannst du nur finden, wenn du deine Berufung erkennst und erfüllst. Der Beruf sollte etwas sein, wofür man lebt, nicht nur etwas, wovon man lebt. Der Arbeitsplatz ist gedacht als Ort der Freude und Selbstverwirklichung. Eine solche Tätigkeit kann man auch nicht mehr "Arbeit" nennen, sondern "bezahlten Urlaub für immer". Gestatte dem Leben, dich dafür fürstlich zu bezahlen, dass du das tust, was dir ohnehin am meisten Freude macht. Dann brauchst du keinen Urlaub, kennst keine Überstunden und setzt dich nie zur Ruhe, denn warum solltest du mit einem bestimmten Alter aufhören dich zu freuen.

In dem Wort "Beruf" ist das Wort "Ruf" enthalten und diesem Ruf sollten wir folgen. Denn wir sind mit einer bestimmten Lebensansicht gekommen und können nur glücklich werden, wenn wir die erkennen und verwirklichen. Wir erkennen unsere Lebensabsicht, indem wir der Freude und unseren Fähigkeiten folgen. Denn bevor wir gekommen sind, haben wir alle Fähigkeiten dazu mitgebracht und dafür gesorgt, dass es uns auch noch Freude macht.

Jeder hat einen Bereich, in dem er besonders gut ist und spitze sein könnte, aber dieser Bereich muss entdeckt und gefördert werden. Mittelgut bis halbschlecht reicht in Zukunft nicht mehr. Wir können uns nur fördern, indem wir uns mehr fordern. Der beste Weg, um seine verborgenen Talente zu finden, ist: Lass dich von der Freude führen. Nur was man wirklich gerne tut, das kann man auch richtig gut tun.

Lass alles los, was deinen Erfolg behindert, wirklich ALLES. Lege dir erfolgsmehrende und wohlstandfördernde Gewohnheiten zu. Vor allem sei bewusst sympathisch, optimiere ständig deine energetische Signatur. Lerne ganz bewusst einen optimalen "Ersten Eindruck" zu machen und gestatte deiner Aufmerksamkeit nie mehr länger als 2-3 Sekunden bei etwas zu bleiben, was du nicht willst und halte sie gerichtet auf das, was du wirklich willst. Biete etwas Einmaliges, zumindest etwas ganz besonderes.

Dazu gehört eine lebenslange Bildungsoffensive. Werde Experte auf einem Gebiet, das dir wirklich Freude macht. Werde vor allem Experte in der "Sprache des Lebens", dann wirst du nie mehr arbeitslos, einfach weil du überall gebraucht wirst. Wenn du lebenslanges Lernen zu einem beglückenden Hobby machst, kannst du es gar nicht vermeiden, auf deinem Gebiet ein Experte zu werden und wenn du auch anderen deine Kenntnisse vermittelst, kannst du wachsenden Wohlstand gar nicht vermeiden.

3.3. Fragen, um deine Berufung zu finden:

Was kann ich besonders gut?

Was würde mir am meisten Freude machen?

Was würde ich "bezahlten Urlaub für immer" nennen?

Was wäre mein Wunschtraum?

Was würde ich am liebsten den ganzen Tag tun?

Welche Tätigkeit wäre Selbstverwirklichung für mich?

Wozu "ruft" es mich?

Auf welchen Gebieten wäre ich gerne Experte?

Welche Talente und Fähigkeiten habe ich?

Was biete ich schon Besonderes/ Einmaliges?

Auf welchem Gebiet möchte ich mich gerne selbstständig machen? (Vielleicht sollte ich mir meinen idealen Arbeitsplatz selbst schaffen.)

Wofür wäre ich am meisten dankbar?

Welche Berufung gehört zu diesen Lebensabsichten?

Welche Chancen bietet mir das Leben, das zu tun?

Was hindert mich eigentlich noch daran damit zu beginnen?

ICH LASSE MICH VOM LEBEN FÜHREN



Lektion 4: Der Sinn des Lebens

Lektion 4:

Der Sinn des Lebens

4.1. Verstand vs. Bewusstsein über den Sinn des Lebens

Der Verstand sagt: Der Sinn des Lebens ist zu leben. Die Weisheit des Bewusstseins sagt: Stimmt, aber dazu musst du erst einmal aufwachen. Solange du schläfst, träumst du nur vom Leben, anstatt zu leben. Das einzig wesentliche im Leben eines Menschen, ist das Erwachen zu sich selbst. Dazu gehört bewusst einzutreten in die eigene, natürliche Vollkommenheit und dich bei allem zu erleben, was du gerade tust, indem du das so vollkommen, wie möglich tust und erlebst.

Da du von deinem wahren Wesen her vollkommen bist, ist alles unvollkommene unnatürlich und falsch und verursacht erst die menschlichen Probleme. Sobald du aber in deiner eigenen, natürlichen Vollkommenheit lebst, ziehst du damit nur noch die Menschen, Dinge, Ereignisse und Situationen in dein Leben, die dir entspricht. Du bist dann nicht mehr für "menschliche Probleme" resonanzfähig.

Das heißt auch, ständig dein "Sosein", deinen Schicksalsmagneten zu optimieren, damit du nicht mehr unbewusst Probleme, Mangel und Leid verursachst und wirklich dein Leben lebst. Der zuverlässige Weg die Zukunft vorherzusagen, ist sie zu verursachen. Du kannst die Identifikation mit der "Illusion des Ichs" sofort und zuverlässig beenden, indem du dich ständig als "bewusster Beobachter" beim Leben zuschaust. Denn was du beobachtest, kannst du ja nicht sein.

Damit kommst du ganz von selbst vom Denken zur Wahrnehmung und nimmst wahr was jetzt stimmt. Du hast dann keine Verwendung mehr für das begrenzte Denken. Aber jeder Gedanke zieht dich sofort wieder in den Verstand und damit ins "Ich" und beendet die Wahrnehmung, weil die Leitung durch das Denken besetzt ist. Mit einem Schritt bist du wieder der Beobachter und in der Wahrnehmung und damit im Jetzt. Denn Wahrnehmen kannst du nur im Jetzt und bist damit auch dort, wo dein Leben stattfindet. Nicht vorher, nicht nachher, sondern im Jetzt. Komme vom begrenzten Intellekt des Verstandes zur unbegrenzten Intelligenz des "erwachten Bewusstsein" und wecke so dein natürliches Genie.

Lebe als "Little Buddha" im Alltag, als Meister. Höre auf unerleuchtet zu sein. Das braucht auch keine Zeit, denn wie lange könntest du brauchen, um der zu werden, der du ja schon bist. Damit und erst damit, hast du deine geistige Geburt abgeschlossen und bist bereit für das Abenteuer deines wahren Lebens, das gerade begonnen hat.

Eine letzte Aufgabe bleibt noch: Chance zu sein für andere, die bereit sind aufzuwachen, aber den Weg noch nicht gefunden haben und ein Segen sein für jeden. Wenn du noch einmal die Schule des Lebens besuchen, dann als Lehrer und Meister.

4.2. Realität vs. Wirklichkeit

Die meisten Menschen leben in der Realität und halten das für die Wirklichkeit. Sie kennen nichts anderes und weil sie es nicht kennen, glauben sie, dass es nichts anderes gibt. Aber deswegen ist Wirklichkeit natürlich trotzdem existent. Wirklichkeit heißt so, weil die wirkt. Realität ist nur eine Wirkung.

Wirklichkeit ist die Ursache, die Realität bestimmt. Alles was du erlebst, deine Realität, dein Schicksal ist ein genaues Spiegelbild deines "Soseins" und jede Veränderung deines "Soseins" verändert dein Schicksal, deine Zukunft und dein Leben.

Entscheiden ist, als wer du lebst: als Mensch oder als "erwachtes Bewusstsein".

Was in deinem "Sosein" nicht enthalten ist, kann nicht zur Realität werden. Aber alles, was in deinem "Sosein" enthalten ist, muss zur Realität werden. Dein "Sosein" ist dein Lebensfilm. Deine erlebte Realität ist nur die entsprechende Wirkung. Das "Spiegelbild Realität" hat keine Wahl- du schon. Der Verstand kann sich irren, Wahrnehmung aber ist fehlerfrei.

Erst als "erwachtes Bewusstsein" kannst du "online" gehen. Du öffnest dein Scheitel-Chakra ganz weit und bist wieder bewusst Eins mit dem "Einen Sein", dem Ursprung der Quelle und damit mit der universellen Wahrnehmung. Stehst du vor einer Frage, erkennst du die Antwort. Stehst du vor einer Entscheidung, weißt du, was zu tun ist. Stehst du vor einem Vorhaben, erkennst du den besten Weg, die richtigen Schritte, den optimalen Zeitpunkt und vor allem wie es ausgeht. Du hast damit schon am Start gewonnen, durch die richtigen Ursachen. Dein Erfolg ist somit unvermeidbar.

4.3. Das Geheimnis erfolgreichen Manifestierens

Ganz gleich, was du erleben willst, du musst es verursachen, damit es "geschehen" kann. Ohne die richtige Ursache, kann die gewünschte Wirkung nicht erfolgen. Mit der richtigen Ursache ist die gewünschte Wirkung sicher. Mach dir bewusst, dass du in jedem Augenblick Zukunft verursachst, warum also nicht gleich eine Zukunft, auf die du dich freust.

Deine stärkste Ursache ist dein "Sosein". Dein "Sosein" von heute ist deine Realität von morgen. Jeder Gedanke, jedes Gefühl, jede Überzeugung verändert dein "Sosein" und kommt zu dir zurück, als entsprechende Realität. Im gleichen Augenblick, in dem du dein "Sosein" änderst, beginnt sich dein Leben entsprechend zu verändern. Das ist der Schlüssel zur Macht, dein ganzes Leben zu verändern und dein Schicksal zu bestimmen. Das was wir Glück, Pech, oder Zufall nennen, ist nichts anderes, als ein Spiegelbild deines "Soseins". Du veränderst dein "Sosein" sofort durch gute Laune, durch Bewusstes sympathisch sein, durch dein Selbstbild, deine Überzeugungen und die Richtung deiner Aufmerksamkeit.

Optimiere ständig dein "Sosein", denn damit verursachst du ständig deine Zukunft, auch wenn du scheinbar nichts tust. Alles was Teil deines "Soseins" ist, muss zu deiner Realität werden und das tut es auch, immer bei jedem, und in jedem einzelnen Fall, denn das Leben macht keine Fehler.

Dann schaffe dir Zielklarheit. Du musst wissen, was du willst, überzeugt sein, dass es möglich ist und glauben, dass du es kannst. Du setzt eine wirksame Ursache, indem du das Gewünschte geistig "in Besitz" nimmst, indem du dich in die Erfüllung versetzt.

Du kannst jedes gewünschte Ereignis in deinem Leben geschehen lassen, indem du dich mit der "Schwingung des Gewünschten" erfüllst und es damit "in Besitz nimmst". Das geschieht zuverlässig indem du dich in der Erfüllung erlebst und das mit einem starken Gefühl der Freude und Dankbarkeit verbindest. Denn deine gefühlte Dankbarkeit verursacht das, wofür du dankbar bist. Realität entsteht innen und tritt außen nur in Erscheinung. Mach dir einmal bewusst, mit welcher Energie du gerade erfüllt bist, was du damit verursachst und ob es das ist, was du wirklich willst. Ändere die Energie und du verursachst damit zuverlässig die entsprechende Zukunft.

Das Geheimnis besteht darin, zu fühlen, dass dein Wunsch bereits erfüllt, deine Absicht verwirklicht ist und in der Energie der absoluten Gewissheit der erfolgten Erfüllung zu bleiben, bis das Gewünschte, Realität ist. Damit ist es Teil deines "Soseins" und muss zur Realität werden. Dabei ist es ganz gleich, ob du Gesundheit verursachst, Erfolg, Wohlstand oder Glück, oder eine harmonische Beziehung. Alles ist möglich, was innerhalb deiner Glaubensgrenzen liegt. Liegt es außerhalb, erreichst du es in mehreren Schritten, die du glauben kannst. Mach dir bewusst, dass ein Misserfolg nicht möglich ist, weil immer genau das erfolgt, was du zuvor bewusst oder unbewusst verursacht hast, wobei dein "Sosein" immer die stärkste Ursache ist.

Denkst du noch, oder nimmst du schon wahr?

Handele aus dem "Master-Mind" und der "universellen Weisheit". Solange du denkst, bist du im Verstand und damit im Ego. Gefangen im Hamsterrad der Illusion des "Ich". Solange du denkst verhinderst du deine individuelle Evolution.

Ein wichtiger Schritt in deiner individuellen Evolution ist der Schritt vom Denken zur Wahrnehmung. Du nimmst wahr, sobald du dir beim Leben zuschaust, als Beobachter. Wahrnehmen geht nur bei Gedankenstille, denn solange du denkst, ist die Leitung besetzt.

4.5. Die Kunst des Loslassens

“Wenn ich loslasse, was ich jetzt bin, werde ich zu dem Menschen der ich sein kann.”

Bevor du beginnst, dein Leben zu “wählen”, musst du erst einmal loslassen, was nicht mehr dazu gehört. Das Erste, was du loslassen solltest, ist deine Vergangenheit, denn die ist ohnehin vorbei und kommt nie wieder. Aber auch Urteile, deine Erwartungen und Vorstellungen, sogar Ideale. Und plötzlich erlebst du das Leben unmittelbar so wie es ist, trittst ein in die Wirklichkeit des Seins. Es sind vor allem vier Bereiche, die du loslassen solltest: Mangel, Krankheit, Leid und eine nicht erfüllte Tätigkeit und Beziehung. Lass auch die Vorstellung los, dass es Probleme gibt, denn in Wirklichkeit gibt es nur Situationen und Umstände, aber keine Probleme. Wo immer in deinem Leben etwas nicht stimmt, hast du etwas loszulassen.

Was du alles noch loslassen solltest:

Hohe Ansprüche, unerfüllbare Erwartungen, Urteile, negative Gedanken, Selbstvorwürfe, Sorgen, Schuldgefühle, Ärger, Stress, Ängste, Aggressionen, Empfindlichkeiten, Trauer, Misserfolge, das “Nichtverzeihenkönnen”, schlechte Laune, Eifersucht, Enttäuschungen, Glaubenssätze ...

Bevor du dir ein neues, schöneres Leben schaffen kannst, musst du Raum schaffen, indem du das bisherige loslässt. Loslassen ist der Anfang aller Wunder und letztlich ist das Loslassen der Weg zur Vollkommenheit. Der erste Schritt ist die Definition. Definiere genau, was du loslassen willst. Das Wollen und Wünschen, die “Illusion des Ich” mit seinem Karma, jede Identifikation, jede Sehnsucht, alles Unwesentliche. Du wirst so die Hindernisse, Muster, Blockaden, Fehlprogramme und überholte Gewohnheiten erkennen und kannst sie auflösen. Loslassen ist der erste und letzte Schrott auf dem Weg zu sich Selbst.

Lass das Denken los und ersetze es durch die Wahrnehmung dessen, was ist. Lasse jede Suche los. Lass das Streben nach Erleuchtung los. Lass den “Ernst des Lebens” los, denn das Leben ist ein Spiel, das dir zur Freude zugespielt wird. Leben ist das, was du daraus machst. Hör auf zu werden und fang an zu Sein. Lebe liebevoll und segensreich. Wenn du alles Unvollkommene losgelassen hast, bist du vollkommen. Was bleibt, wenn du alles losgelassen hast? Du Selbst, der du wirklich bist. Erst dann bist du wirklich bei dir angekommen. Dann erst erkennst du, dass du nie weg warst. Du bist erwacht aus dem Traum, wach zu sein und das eigentliche, das wahre Leben kann beginnen.

Loslassen ist der Schlüssel zu dir Selbst.



Lektion 5: Botschaften des Lebens

Lektion 5: Botschaften des Lebens

5.1. Das Leben spricht ständig zu dir

Alles was wir erleben ist eine Botschaft. Das Leben spricht ständig zu uns. Wenn wir eine Botschaft nicht verstehen, oder nicht befolgen, schickt uns das Leben "Nachhilfeunterricht" in Form einer deutlicheren Botschaft. Ein Symptom ist nicht die Krankheit, sondern nur die Botschaft über die Art der Störung und die Aufgabe, denn hinter jeder Krankheit steckt immer eine ungelöste Aufgabe. Im Tagebuch unseres Körpers steht unsere Lebensgeschichte. Aber die meisten Menschen wollen gar nicht gesund werden. Sie wollen nur keine Beschwerden mehr haben, um danach genauso falsch weiterzumachen.

Dein ganzes Leben ist eine Botschaft und macht dein "Sosein" sichtbar, als deine Realität. Im Spiegel der Lebensumstände zeigt dir das Leben, was du bewusst oder unbewusst verursacht haben und bietet gleichzeitig die Möglichkeit, Unerwünschtes zu korrigieren.

Das Bewusstsein projiziert seinen Zustand auf die Realität, um ihn sichtbar zu machen. Dabei bietet es immer zuerst den "königlichen Weg der Erkenntnis" an, zur Lösung. Wird der nicht erkannt, oder nicht genutzt, schickt es uns Nachhilfeunterricht, durch Schmerz und Leid, und zwingt uns so, uns damit zu befassen. Oft besteht die Aufgabe darin, etwas aufzugeben, eine falsche Tätigkeit, eine überholte Beziehung, einen falschen Weg oder eine falsche Überzeugung.



5.2. Lebensbilanz

Wo stehst du zurzeit in den folgenden Bereichen und welche Botschaften sendet dir das Leben?

Gesundheit

Beziehung, Partnerschaft

Beruf, Berufung

Geld, finanzielle Situation

Familie, Kinder, Eltern

Wohnsituation

Lebensqualität

Freude

Sport

Hobby

Geistiges Wachstum

Individuelle Evolution

5.3. Übung: Was sagt die Sprache des Lebens

Was sagt die Sprache....

Meines Lebens

Meiner Freunde

Meiner Interessen

Meiner Begeisterung

Meiner Abneigungen

Meiner Talente

Meiner Fähigkeiten

Meiner Probleme

Meiner Überzeugungen

Meiner Beziehungen

Meiner Gesundheit

Meiner Aufmerksamkeit

Meiner Schwächen

Meiner Stärken

Meiner Erfolge

Meiner finanziellen Situation

Meine Hobbys



Lektion 6: Was krank macht vs. Gesundheit

Lektion 6: Was krank macht vs. Gesundheit

6.1. Botschaften des Körpers

Jede Krankheit ist eine Botschaft des Körpers und eine Bitte um Hilfe. Über die "Sprache der Symptome" sagt uns der Körper, was ihm fehlt.

Wenn wir das Symptom behandeln, behandeln wir nur die Botschaft über die Störung, aber beseitigen nicht die Störung.

Jede Botschaft besteht immer aus drei Teilen:

- Die Art der Erkrankung
- Der Ort der Erkrankung
- Der Zeitpunkt der Erkrankung

Sobald du verstanden hast, was das Symptom oder der Lebensumstand dir sagen will und das Notwendige tust, kannst du dich dankend vom Symptom verabschieden. Es hat seine Aufgabe erfüllt und löst sich ganz von selbst auf.

Wahre Heilung ist die Herstellung der Harmonie auf allen Ebenen. Wahre Heilung ist mehr, als das Nichtvorhandensein von Krankheit. Gesundheit ist Harmonie, Vitalität und Lebensfreude.

Das führt zu einer ganz neuen Einstellung zu Problemen und Krankheit und wir erkennen sie als liebevollen Hinweis des Lebens zu einem Entwicklungsschritt und als Chance zum Besseren.

Heilung ist: die Botschaft des Körpers verstehen und befolgen. Vollkommene Heilung ist das Erwachen zu sich Selbst. Unser wahres Wesen braucht keine Heilung, weil es vollkommen ist und keine Krankheit kennt. Wahre Heilung beginnt immer mit dem Loslassen des Falschen, Ärger, Stress, sich Sorgen machen, Streit, Rauchen usw. Einen entscheidenden Einfluss auf deine Gesundheit hat dein Selbstbild, als wer du lebst, als Mensch oder als erwachtes Bewusstsein. Als Mensch lebst du in der Illusion des "Ich". Das "Ich" kann aber nicht wirklich geheilt werden, es ist die Krankheit. Bewusstsein aber kann weder krank werden noch wird es mit der Zeit älter, noch kann es sterben.

Als erwachtes Bewusstsein lebst du bewusst in deinem vollkommen gesunden, ewig jungen, wahren Körper, der dich durch alle Inkarnationen begleitet und kannst bewusst eintreten in deine eigene, natürliche Vollkommenheit, indem du alles was du gerade tust, so vollkommen wie möglich tust. Wahre Heilung ist die Auflösung der Identifikation mit der Illusion des "Ich".

Warum sind Menschen nicht ständig vollkommen gesund?

Weil viele eine schwere Vergangenheit oder Kindheit mit sich herumschleppen. Weil sie ihre Aufmerksamkeit immer wieder auf Probleme und Schwierigkeiten richten und ihre Gesundheit belastende Gewohnheit haben und sich noch ärgern.

Weil sie sich Sorgen machen und Krankheit durch nicht lebensgerechtes Verhalten verursachen und noch nicht alles Falsche losgelassen haben. Weil sie sich nicht genug bewegen und nicht ständig gut gelaunt sind.

Wie der Körper Botschaften sendet:

- Impuls
- Entsprechendes Symptom
- Schmerz
- Chronische Krankheit
- Erfolgt keine Änderung, erfolgt der "Schulverweis" = Tod des Körpers

6.2. Wie du für immer gesund bist

Um gesund zu sein, braucht der Körper Harmonie und die Erfüllung seiner Bedürfnisse, also "lebensgerechte Bedingungen". Dann hat er keinen Grund, dir über ein Symptom eine Botschaft zu schicken.

Der Verstand glaubt, Konflikte sind nicht zu vermeiden. Es gibt aber keine Situation, die ein Konflikt ist. Voraussetzung für einen Konflikt ist ein Urteil, die Bewertung durch ihren Verstand.

Keine Bewertung = Kein Konflikt = Keine Krankheit

Der Verstand bewertet ständig und das kann er auch ruhig tun. Entscheidend ist, dass du nicht mehr mit ihm identifiziert bist. Für den Verstand kann schon ein kleiner Anlass zu einem großen Konflikt führen. Wenn du alles, was du erlebst, als interessante Aufgabe siehst, entsteht im Verstand kein Konflikt mehr. Schwierigkeiten, Probleme und Belastungen verschwinden aus deinem Leben. Alles wird zu einer Chance des Besseren. Disharmonie verschwindet aus deinem Leben und du erkennst nicht nur deinen Weg zu Gesundheit, sondern auch zu Erfolg, Wohlstand und Glück.

6.3. 6 Schritte zu vollkommener Gesundheit

1) Entscheidend ist als wer du lebst.

- Lass alle krankmachenden Energien los, wie Ärger, Stress, Sorgen, Streit, negatives Denken usw.
- Lebe ständig in "heiterer Gelassenheit", unabhängig von den Umständen.

2) Lebe ständig als "bewusster Beobachter"

- Sei möglichst ständig "online" und lass dich von der universellen Weisheit führen.
- Triff die richtigen Entscheidungen: das Falsche lassen und das Richtige tun.

3) Tritt bewusst ein, in die eigene Vollkommenheit

- Füll ständig dein "Lebenserwartungskonto" auf.
- Vollkommene Gesundheit ist der normale Zustand des "erwachten Bewusstseins".

4) Lebe bewusst als "Unsterblicher", der du ja bist.

5) Krankheit als, wird dann nicht mehr gebraucht.

- Lebe bewusst in deinem vollkommen, gesunden, ewig jungen, wahren Körper, der dich durch alle Inkarnationen begleitet.

6) Mach dir "lebensgerechtes Verhalten" zur Gewohnheit, durch die Macht der Wiederholung.

- Dadurch werden nicht lebensgerechte Gewohnheiten in deinem Unterbewusstsein gelöscht und die lebensgerechten Gewohnheiten fest verankert.

6.4. Übung: Die verborgene Ursache meiner Krankheit

Mit Gesundheit ist nicht nur die Leistungsfähigkeit und Wohlfühl gemeint, sondern den harmonischen geistigen und psychischen Zustand, der zu Gelassenheit und zu einem klaren Bewusstsein führt, aus dem vollkommenen Gesundheit entsteht.

Ergänze spontan, ohne zu überlegen, die folgenden Sätze:

Ich will gesund werden, weil... _____

Ich will gesund werden, weil... _____

Wenn ich gesund bin, dann... _____

Wenn ich gesund wäre, dann müsste ich... _____

Meine Krankheit hat den Vorteil, ... _____

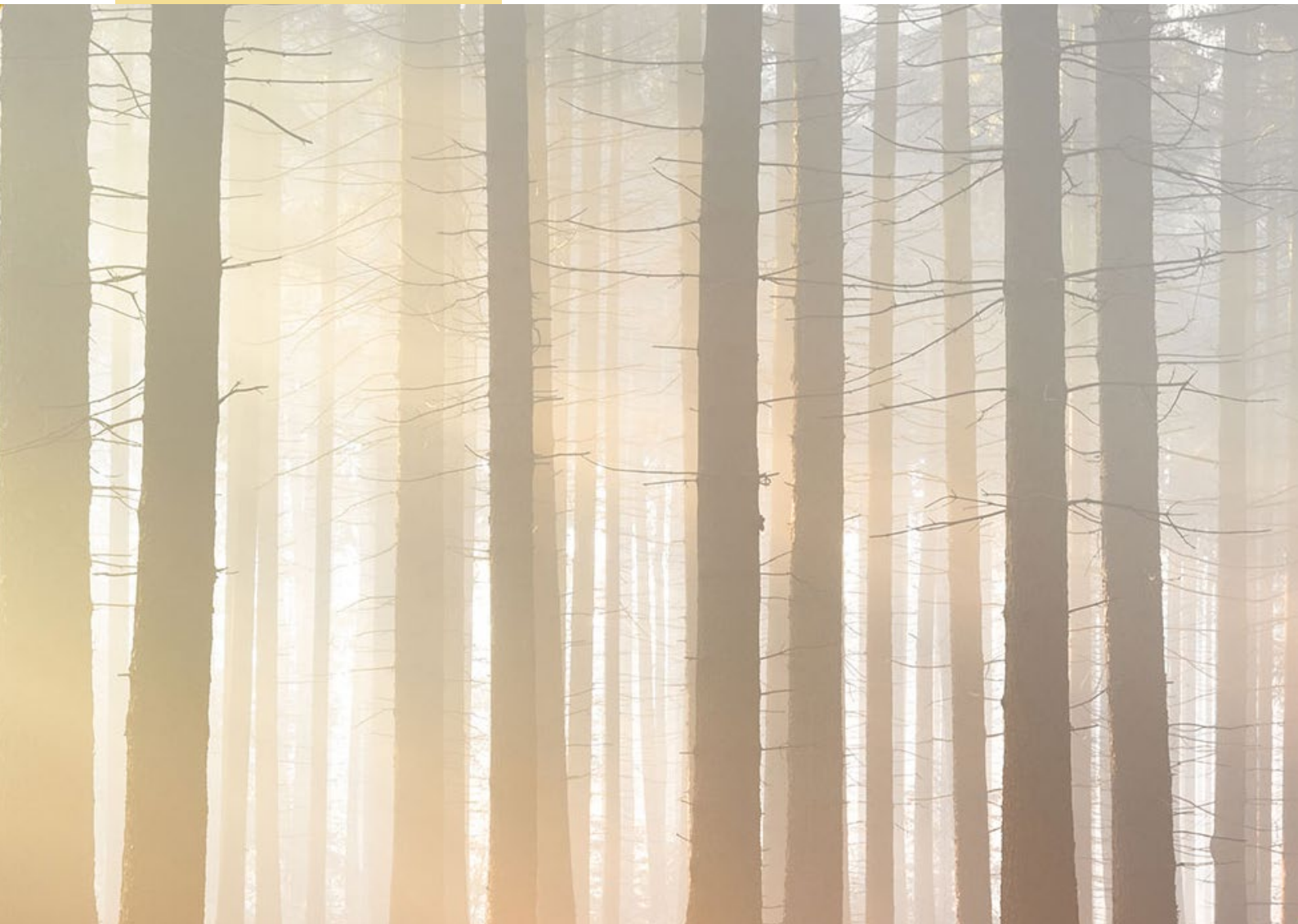
Gibt es schwerwiegende Gründe, krank zu sein/zu bleiben? _____

Welche Hindernisse habe ich erkannt, um gesund zu werden? _____

Welche Konsequenzen ergeben sich daraus? _____

Traust du dich zu, eine Änderung herbeizuführen? _____

Wenn nein, was/wer könnte dir helfen? _____



Lektion 7: Werde Ursache für die Liebe

Lektion 7: Werde Ursache für die Liebe

7.1. Die ideale Partnerschaft

Das "Spiel des Lebens" hält viele Geschenke für uns bereit, aber das wohl schönste Geschenk ist die Liebe. Es ist die Kunst aus einem "Ich" und einem "Du" ein "Wir" werden zu lassen. Lieben heißt, einen Menschen so zu sehen wie Gott ihn "gemeint" hat.

Lieben zu lernen ist ein lebenslanger Prozess. Wahre Liebe ist immer glücklich, denn der andere kann mich nicht hindern, ihn zu lieben. Wahre Liebe hat immer nur einen Anfang und nie ein Ende.

Liebe besteht aus vielen kleinen Aufmerksamkeiten und manchmal einer großen Unaufmerksamkeit, wenn der andere etwas scheinbar "Unverzeihbares" getan hat.

Mache es dem anderen leicht, dich zu lieben. Der Beginn einer Beziehung kann noch so zauberhaft sein, wie es weitergeht, bestimmst du selbst. Gib dem anderen das Gefühl, etwas ganz Besonderes zu sein und bring Leben in euer Zusammenleben.

Dem idealen Partner kannst du erst begegnen, wenn du selbst ein idealer Partner geworden bist. In Wirklichkeit hat jeder bereits den idealen Partner, der genau deinem "Sosein" entspricht. In dem Maße, wie du dich änderst, änderst du auch deinen Partner. Eine wichtige Voraussetzung für die Liebe zu einem anderen ist, sich selbst zu lieben, denn du kannst den anderen nur in dem Maße lieben, wie du dich selbst liebst. Sich selbst der beste Freund sein. Dazu gehört auch die ideale Partnerschaft mit dem Leben.

Der andere macht dich vielleicht verliebt, aber lieben musst du schon selbst. Irgendwo wartet der ideale Partner bereits auf dich, vielleicht an deiner Seite. Vollziehe den Schritt vom Verliebtsein zur Liebe. Lasse alle Vorstellungen und Erwartungen los und liebe den anderen so, wie er/sie ist. Entscheide dich ganz für sie/ihn und lasse dich ganz auf sie/ihn ein, ohne sie/ihn ändern zu wollen, aber auch ohne dich selbst aufzugeben. Entdecke immer wieder etwas Positives an deinem Partner, einfach indem du deine Aufmerksamkeit darauf richtest.

Schaft euch gemeinsame Interessen, Träume und Ziele und verwirklicht sie zusammen. Mach dir bewusst: es gibt keine Fehler und keine Probleme, nur Aufgaben. Vermeide jeden Streit und jede Kritik. Akzeptiere, dass der andere eine andere Meinung, einen anderen Standpunkt haben kann und andere Gewohnheiten.

Wichtig ist, dass ihr in die gleiche Richtung schaut und die gleichen Träume habt, aber auch ein idealer Partner kann nur sich selbst treu sein. Man kann weder Treue, noch ewige Liebe versprechen, denn das Leben ist ein Fluss. Hat sich eine Beziehung erfüllt, dann beende sie auch wie ein idealer Partner in Harmonie.

Liebe den anderen so unproblematisch wie ein Sonnenuntergang. Den nimmst du ja auch so wie er ist. Aber ganz egal, was das Problem ist, die Antwort ist immer Liebe.

Glück ist ein gemeinsamer Weg und kein Produkt, das der andere mitbringt. Das ganze Geheimnis der wahren Liebe besteht darin, zu lieben.

Liebe deinen Partner besonders, wenn er es am wenigsten verdient, weil er es dann am dringendsten braucht. Als idealer Partner bist du zunächst einmal dir selbst ein idealer Partner. Nur wenn du mit dir selbst glücklich bist, kannst du mit einem anderen glücklich werden.

Sobald du zur wahren Liebe erwacht bist, gibt es kein Problem mehr, und wenn keine Liebe da ist, gibt es keine Lösung. Dann ist die einzige Lösung die "Lösung der Beziehung". Denn eine Beziehung hat nur so lange einen Sinn, solange sie beiden hilft, sich schneller zu entwickeln. Wenn sie diese Aufgabe erfüllt hat, oder nicht mehr erfüllen kann, ist es Zeit für die "Kunst der liebevollen Trennung". Dankbar für die Zeit, die ihr miteinander hattet und die Schritte, die ihr miteinander getan habt. Vollkommen loszulassen, um wirklich bereit zu sein, für eine neue Beziehung.

Plötzlich wird Leben ganz einfach. Schwierigkeiten und Probleme gibt es nicht mehr, nur noch gemeinsame Aufgaben und Entwicklungsmöglichkeiten. Wir schauen zurück und fragen uns, warum wir es uns so lange so unnötig schwer gemacht haben. Ein Leben in der Leichtigkeit des Seins beginnt. Dieses neue Leben ist jederzeit möglich, auch in diesem Augenblick jetzt. Ich muss auf nichts warten und kann jederzeit eintreten in das Paradies des wahren Miteinander. Es ist nur ein Schritt und die Tür ist immer offen.



Lektion 8: Werde Ursache für Wohlstand

Lektion 8: Werde Ursache für Wohlstand

8.1. Entscheide dich für Erfolg

Alles beginnt mit der bewussten Entscheidung für deinen Erfolg. Dann solltest du die richtigen Ursachen setzen, denn die Saat bestimmt die Ernte.

Mache dich mit den "Gesetzen des Reichtums" vertraut und schaffe dir Zielklarheit, denn man kann ein Ziel nur erreichen, wenn man eins hat. Schaffe dir vor allem ein "Wohlstandsbewusstsein", denn mit einem "Mangel- oder Armutsbewusstsein" kannst du nicht wohlhabend werden, aber dein "Wohlstandsbewusstsein" ist ein Magnet für die natürliche Fülle und macht deinen Wohlstand oder Reichtum unvermeidbar, wenn du in deinem Selbstbild ein "Wohlhabender" bist.

Alles was du erlebst, ist ein Spiegelbild deines "Soseins". Das ist dein Dauerauftrag an das Leben für entsprechende Ereignisse und damit schaffst du ständig dein Schicksal. Das kannst du nicht ändern, aber du kannst jederzeit dein "Sosein" ändern und im gleichen Augenblick ändert sich deine Zukunft, dein Schicksal, dein ganzes Leben. Du änderst dein "Sosein" sofort durch bewusste Gute Laune, unabhängig von den Umständen. Vorher solltest du alle negativen Energie loslassen, wie Ärger, Stress, Aggressionen, negatives Denken usw., denn das sind Ursachen, die entsprechende negative Ereignisse verursachen.

Du kannst es dir gar nicht leisten: schlecht gelaunt zu sein, sich zu ärgern, Stress zu haben, sich Sorgen, oder nicht sympathisch zu sein, weil du damit eine Zukunft verursachst, die du sicher nicht haben willst. Mache dir einmal bewusst, welche Energie du gerade aussendest, was du damit verursachst und ob es das ist, was du wirklich willst. Der nächste Schritt ist "energetisches Management". Das heißt zuerst alle negativen Energien aufzulösen. Dann sich bewusst mit positiver Energie erfüllen, mit ständig guter Laune, mit einem wunderbaren Wohlfühl und wirklich sympathisch sein.

Der nächste Schritt heißt "KAI-ZEN" (aus dem japanischen). Das bedeutet, heute besser sein, als Gestern und Morgen besser, als heute. Dazu gehört lebenslanges Lernen als faszinierendes Hobby. Dazu gehört zu wissen, dass du die Wahl hast und bewusst zu "wählen". Deine Einstellung zu Geld und Erfolg ständig zu optimieren und deiner Berufung folgen. Dazu gehört, Erfolg fördernde Gewohnheiten zu schaffen. Zu erkennen, es gibt keine Misserfolge, nur "Ursache und Wirkung". Wenn du die richtige Ursache setzt, muss der erwünschte Erfolg, erfolgen und das tut er dann auch, immer, bei jedem und in jedem einzelnen Fall. Du machst dich magnetisch für den gewünschten Erfolg, indem du dich immer wieder in der Erfüllung erlebst und das Gewünschte so geistig in Besitz nimmst.

Dazu gehört, richtige Entscheidungen zu treffen. Du erreichst das, in dem du möglichst oft, am besten ständig "online" bist und dich von der "Inneren Weisheit" führen lässt und so dem Leben die richtigen Anweisungen gibst. Der Grundstein des Erfolges ist dein sympathisch sein, deine Ausstrahlung. Aber ausstrahlen kann nur etwas, das auch da ist, das dich wirklich erfüllt. Optimierte ständig dein "Sosein" und mache einen optimalen ersten Eindruck in den entscheidenden sieben Sekunden.

Halte deinen Schicksalsauswahl- Empfänger ständig auf Chancen und Lösungen gerichtet und praktiziere die "Kunst des Vorauserlebens". Aber auch die "Kunst der Revision". Mache es dir zur Gewohnheit, jeden Tag abends energetisch umzuerleben, in dein "innewohnendes Ideal". Das verändert zwar nicht das was war, aber wandelt es energetisch in dein Ideal, mit den entsprechenden Wirkungen in der Zukunft.

Lebe als "Beobachter" und bleibe so ständig in der Wahrnehmung. Lebe in ständiger Dankbarkeit. Erkenne, dass man erfolgreich sein lernen kann, wie eine Fremdsprache und aus allem einen Erfolg machen kann. Nehme den gewünschten Erfolg geistig in Besitz, indem du dich in der Erfüllung erlebst.

8.2. Zielfokussierung

Entscheide dich ganz bewusst für ein Ziel.

Gebe dir das feierliche Versprechen, dass du nicht aufgeben wirst, bevor du es erreicht hast. Gebe niemals auf, und du wirst jedes gewünschte Ziel erreichen, durch die Macht deiner Beharrlichkeit.

Nutze dabei einen überzeugenden Grund, das Ziel unbedingt erreichen zu wollen.

Lebe vom Ziel aus, das heißt, als derjenige, der das Ziel bereits erreicht hat.



Lektion 9: Ursache von Leiden

Lektion 9: Ursache von Leiden

9.1. Bewusstsein leidet nicht

Die Ursache von Leiden ist nicht einverstanden zu sein. Nur die "Illusion des Ich" leidet. Bewusstsein kennt kein Leiden.

Leben ist Harmonie und solange die nicht gestört wird, durch nicht lebensgerechtes Verhalten, ist alles in Ordnung und solange bleibt auch der Körper gesund.

Sobald diese natürliche Harmonie aber gestört wird, durch nicht lebensgerechtes Verhalten, wie:

- Sich ärgern
- Sich Sorgen machen
- Ängste
- Stress
- Aggressionen
- Negatives Denken
- Negative Überzeugungen und Gewohnheiten

entsteht energetisch ein Konflikt, der sich in allen Lebensbereichen auswirkt. Auf körperlicher Ebene als Krankheit, auf beruflicher Ebene als Misserfolg, auf der Beziehungsebene als Disharmonie.

Damit zwingen wir das Leben uns eine Botschaft zu senden, um uns auf den Konflikt aufmerksam zu machen.

Ein "Ich" kann nicht glücklich werden. Es will immer etwas haben.

Das "Sein" liebt und will geben, braucht nichts, weil es alles ist.

Das "Ich" sucht Sicherheit im Außen, schafft eine finanzielle Reserve für "Notzeiten", will auf alles vorbereitet sein, was kommt, und hat trotzdem Angst vor dem Unbekannten.

Bewusstsein ist seine eigene Sicherheit. Es nimmt wahr was kommt und was zu tun ist. Es tut das, was "Jetzt" zu tun ist und weis, dass es jede Aufgabe meistert. Das ist seine Sicherheit.

Nur ein "Ich"...

kann sich ärgern, hat Angst und Probleme, kann krank werden, hat Sorgen, erlebt Mangel und Leid, hat Vorstellungen und Wünsche, eine Meinung oder Standpunkt, will recht haben, hat Sehnsucht nach..., Widerstand gegen..., Angst vor..., will andauernd etwas anderes, als das, was ist und leidet, wenn es es nicht bekommt, es "muss", ist empfindlich, hat Schuldgefühle, ein negatives Selbstbild, ist enttäuscht, hat Aggressionen, erlebt Wut und Neid, hat Minderwertigkeitsgefühle, urteilt, leidet an seiner Vergangenheit, kann lieblos sein, ist in einer schwierigen Beziehung, will den anderen immer ändern, nach seiner Vorstellung, befasst sich mit Unwesent-

lichem, identifiziert sich mit seinem Körper, hat nicht hilfreiche Überzeugungen, erlebt Misserfolg, glaubt an Glück, Pech, Zufall, glaubt einen freien Willen zu haben, altert, stirbt irgendwann, will "vorwärts" kommen, besser werden, ist beleidigt, gekränkt, verletzt, hofft, lügt, arbeitet und "muss" Geld verdienen, rastet aus, kriegt Falten, erlebt Hass, ist oft unglücklich und ist doch nur eine Illusion, es leidet an Übergewicht, hat hohe Ansprüche, nicht erfüllbare Erwartungen, will geliebt werden, gibt an, will immer einen guten Eindruck machen, träumt von einem besseren Leben, von einem Lottogewinn, mehr Geld, will berühmt sein.

Das "Selbst"...

...interessiert sich für all das gar nicht. Es kennt keinen Ärger, keine Angst, keinen Stress, hat keine Probleme, es ist vollkommen, wurde weder geboren, noch krank werden, alt, noch kann es sterben, denn es ist. Es ist reine Existenz, liebevolle Präsenz des Seins, es muss nicht an sich arbeiten, sich entwickeln, noch vorwärts kommen. Es ist immer am Ziel- es ist das Ziel und lebt in jedem Augenblick "angekommen". Es kann sich zurücklehnen und genießt das "Spiel des Lebens". Es ist in jedem Augenblick echt, authentisch und ehrlich. Es erlebt jeden Augenblick als Geschenk und jeder Augenblick ist einmalig. Es kann alles in jedem Augenblick ändern, denn es ist eingeladen, die Schöpfung mitzugestalten. Nichts ist leicht oder schwer, alles IST.

Der Verstand glaubt nicht, dass man konfliktfrei leben, aber stimmt das wirklich?

Ein Konflikt entsteht nur durch die Beurteilung des Verstandes. Es gibt keine "Konfliktsituationen". Alles was geschieht ist vollkommen neutral und in Wirklichkeit eine interessante Aufgabe und immer eine Chance zum Besseren. Gebe deinem Verstand einen neuen Bewertungsmaßstab und er urteilt nicht mehr danach, was für das Ego angenehm ist, sondern hilfreich ist.

Dein Gefühl richtet sich nach dem, der dein Leben bestimmt. Wer führt dein Leben, trifft deine Entscheidungen- dein Verstand oder du selbst mit der Wahrnehmung? Der Verstand kann sich irren, Wahrnehmung aber ist vom Wesen her fehlerfrei. Niemand hat die Macht, dich leiden zu lassen. Ganz gleich, was der andere macht. Wir leiden nur an unserem Urteil, dem "nicht einverstanden sein". Das zeigt auch die Weisheit der Sprache, wenn wir sagen: "Ich habe mich über jemanden geärgert." Der andere kann das gar nicht. Er kann etwas tun und ich entscheide, ob es mir gefällt, mir egal ist, oder ob ich mich ärgere.

Oder wir sagen: "Ich mache mir Sorgen über die Zukunft.", oder "Ich habe Liebeskummer." Es ist nie die Liebe, die Kummer macht, denn der andere kann mich ja nicht hindern, ihn zu lieben. Kummer macht, weil ich ihn haben will. Und oft ist die Strafe, dass ich ihn bekomme und muss erkennen, dass wir gar nicht zusammen passen. Es ist der Falsche, aber ich wollte ihn ja unbedingt.

Oder ein geliebter Mensch verlässt mich, oder stirbt. Nun kann ich leiden, weil er nicht mehr bei mir ist, oder dankbar sein für die gemeinsame Zeit. Oder ich leide darunter, dass ich zu wenig Geld, Erfolg oder Glück habe, anstatt zu verursachen. Würde ich durch lebenslanges Lernen zum Experten werden, hätte ich mehr Erfolg und mehr Geld.

Vielleicht leide ich, weil ich alleine und einsam bin.

Wieder könnte ich mich fragen: Warum will mich denn keiner?

Vielleicht bin ich kein idealer Partner und guter Freund. Wäre ich es, blieb ich nicht lange allein.

Oder ich leide, weil ich krank bin und Schmerzen habe. Aber Krankheit ist immer eine Botschaft, dass ein Schritt erforderlich ist. Verstehe ich die Botschaft und tue den Schritt, verschwindet die Krankheit und der Schmerz. Wieder liegt es nur an mir, mich zu beklagen oder etwas zu ändern.

Ganz gleich, worunter ich leide, es ist immer nur mein nicht einverstanden sein mit dem was ist. Und du bist auch der Einzige, der das jederzeit ändern kann. Also worauf wartest du? Verzaubere dein ganzes Leben, indem du das Notwendige tust.

Auch wenn du in einer, ganz schwierigen oder gar aussichtslosen Situation bist- die ändert sich, sobald du eine andere Ursache setzt. Also nicht warten, sondern starten. Das Leben wartet nur auf deine Anweisungen. Alles ist möglich.

9.3. Journal: Was würde ich ändern & Wertehierarchie

Erstelle eine Liste unter der Überschrift: "Das würde ich ändern, wenn ich könnte."

Welche Werte spielen in deinem Leben eine Rolle, bestimmen dein Verhalten? Mache eine Prioritätenliste deiner stärksten Werte.

Zum Beispiel: Gesundheit, Erfolg, Wohlstand, Partnerschaft, Liebe, Geduld, Muße, Beharrlichkeit, Disziplin, Ausdauer, Strebsamkeit, Ehrgeiz, Musik, Sport, Tiere, Natur und so weiter...

- 1** _____
- 2** _____
- 3** _____
- 4** _____
- 5** _____
- 6** _____
- 7** _____
- 8** _____
- 9** _____
- 10** _____
- 11** _____
- 12** _____
- 13** _____
- 14** _____
- 15** _____



Lektion 10: Erwachen ist erst der Anfang

Lektion 10: Erwachen ist erst der Anfang

10.1. Erwachen und Erleuchtung

Erwachen und Erleuchtung werden häufiger verwechselt. Erleuchtung ist eine Lichterfahrung, welche die meisten zuerst einmal im Kopf, später vielleicht auch im ganzen Körper erleben. Es ist die Erfahrung des Durchdringungseins von Lichtwellen. Diese befinden sich allerdings nicht "draußen" sondern "innen", im Bewusstsein. Erwachen ist etwas, das im Bewusstsein stattfindet. Im Erwachensein erkennen wir, dass die Bewusstheit unser ganz natürlicher Zustand ist, Unerwachensein dagegen auf eine Fehlidentifikation zurückzuführen ist. Die Identifikation mit dem universellen Selbst, ist die Voraussetzung und der Anfang des Lebens. Es ist wie beim Abitur. Solange wir zur Schule gehen, ist das Ende der Schulzeit ein fernes Ziel. Wir können auch kaum darüber hinaus denken, weil wir keine andere Erfahrung haben, als zur Schule zu gehen. Erst wenn wir das Abitur geschafft haben, verstehen wir, dass es Voraussetzung und Anfang des eigentlichen Studiums ist. Am Ende des Studiums machen wir dann die gleiche Erfahrung wieder. Wir haben das Studium beendet und stehen ganz am Anfang unserer beruflichen Laufbahn. Das scheinbare Ende ist in Wirklichkeit immer der Anfang einer anspruchsvollen Phase, die uns weiterführt.

Solange ein Mensch in der "Illusion des Ich" lebt, lebt er im Leid. Das aber zwingt ihn oder sie, einen Schritt zu tun, um ihm zu entkommen. Anfänglich ist ihm möglicherweise dieses unterschwellige Leiden nicht bewusst, da ihm äußerer Erfolg, körperliche Gesundheit und die sinnliche Befriedigung vorgaukeln, alles sei bestens bestellt. Doch sobald sich Herausforderungen zeigen und Bedürfnisse und Vorstellungen nicht befriedigt werden, beginnt die Suche nach einer dauerhaften Beendigung der Unzufriedenheit oder auch des Leidens. Manche Menschen sind in dieser Phase so verzweifelt, dass sie an Selbstmord denken. Doch dies ist genauso unsinnig, als wolle jemand sein Auto gegen einen Baum fahren, weil er sich verirrt hat.

Das biblische Gleichnis von dem engen und dem breiten Pfad beschreibt die beiden Alternativen, die beiden Versuche des Menschen, Leiden zu beenden. Der eine ist der Weg der Yogis und der Entsagung, dieser Weg erfordert Mut und Konsequenz und wird oft als anstrengend empfunden. Der schmale Weg bietet den Vorteil, dass hier die Loslösung von Annehmlichkeiten geübt wird, doch wenn wir auf dem schmalen Weg an Opferidentität und Leidensgeschichte festhalten, dann hilft uns an dieser Stelle auch der schmale Pfad nicht weiter. Irgendwann kommt der Punkt, an dem wir springen müssen.

Der breite Weg dagegen ist angenehm. Man bleibt in der "Illusion des Ich", aber wählt den schönen Traum. Man erlebt sich als erfolgreich und angesehen, wird vielleicht von anderen bewundert und beneidet, aber es ist nur ein Traum und erspart nicht das spätere Erwachen.

Wer sich auf dem breiten Weg auf unstimmgige Energien und Beziehungen einlässt, verstrickt sich immer mehr in Abhängigkeiten, aus denen sich immer schwerer entkommen lässt. Solange ich mich mit meinem Körper identifiziere, mit meinem Verstand und glaube, eine Persönlichkeit zu sein, solange die äußere Realität meine Wirklichkeit ist und ich nur glaube, was ich sehe, werde ich nicht aufwachen. Vielleicht erlebe ich mich als Opfer der Umstände, erwarte die Erfüllung meiner Wünsche von anderen. Das außen überlagert dann die Botschaften meines inneren Seins, und ich erwarte auch die Befreiung von außen. Ich bin gefangen in der "Illusion der Realität". Egal, ob ich den schmalen oder den breiten Weg gehe: Erwachen kann ich nur, indem ich mich irgendwann an die Wirklichkeit meines wahren Seins erinnere. Und hier zeigt sich ein dritter Weg- der Wechsel der Identifikation: Er beinhaltet die Vorteile beider Wege, die Weite und Integrationsmöglichkeit des breiten Weges und die Klarheit und Zielorientierung des schmalen Pfades.

Irgendwann auf dem Weg zu uns selbst, erkennen wir, dass wir schlafen. Nicht nur nachts, sondern auch tagsüber. Wir glauben wach zu sein, träumen aber unseren Traum vom Leben. Das zu erkennen ist der wichtigste Schritt auf dem Weg. Im Leben eines jeden kommt irgendwann ein besonderer Augenblick, in dem er oder sie das erkennt und sich ihrer selbst bewusst wird. Von einem Augenblick zum anderen erkennt sie, dass sie nur träumt und weiß wieder, wer sie ist. Im Traum lebt sie oder er in der "Illusion des Ich", aus der alle Probleme des Lebens kommen und alles Leid. Beides verschwindet mit dem Erwachen, denn das wahre Selbst hat keine Probleme und kennt kein Leid. Sobald du deshalb deine Aufmerksamkeit auf dein wahres Selbst richtest, beginnt das Bewusstsein zu erwachen. Mit dem Erwachen des Bewusstseins entfällt die Bindung an den Verstand und wird umfassend ersetzt durch die unmittelbare Wahrnehmung dessen, was ist. Und mit der Aufgabe einer Bindung an den Verstand verschwindet das "Ich", das es ohnehin nie gegeben hat. Du nimmst dich als erwachtes Bewusstsein wahr, als Beobachter in der ständigen Präsenz des Seins. Der Traum ist zu Ende, die wahre Identität wird bewusst erlebt als die ewige Gegenwart des Ich Bin und der Fluss des Seins wird immer deutlicher spürbar.

Sobald du den Schritt: "zu Bewusstsein kommen" vollzogen hast und dich darin geübt hast, in dieser Bewusstheit zu bleiben, sind die "Geburtswehen" deines Lebens aufgelöst, die Probleme verschwinden. Wann immer du nun "Ich" sagst, meinst du wirklich dich selbst, denn ich kann nur "Ich" sagen zu dem, das ich wirklich bin. Indem du dein erwachtes Bewusstsein auf einen Aspekt des Lebens richtest, beginnt dieser sich zu wandeln, und es "geschieht" Lösung, ganz mühelos. Du erlebst, dass du viel mehr bist als der Mensch, als der du in Erscheinung trittst, und erwachst zu deiner eigenen Größe.



Leben im erwachten
BEWUSSTSEIN

KURT TEPPERWEIN

