

*Liebe*

Marianne Ullrich

*Lebe*

Wellness für die Seele

*Lache*



## Inhaltsverzeichnis

Licht und Liebe – Balsam für die Seele

Wer bin ich?

Spiel des Lebens, Ober- und Unterbewusstsein

Schöpfungskraft - Gedanken

Die Aura

Erwachen der Seele

Das Seelen ABC

Das höhere Selbst

Der Bewusstseinsstern

Der Inkarnationsstern

Fusion der Seele

Das Märchen über die Lichtwerdung im Körper

Aus dem Schatten ins Licht

Das Schattenkabinett

Reinkarnation „Halluzination oder Wahrheit?“

Sternensaat

Göttliche Zentrale

Großer Seelen-Energiekreislauf

Wünsche erfüllen sich

Leben ohne Angst - Herzens-Öffnung

Erfolgreicher Energiestrom des Geldes

Persönlichkeits-Entfaltung

Seelen-Kommunikation

Vita

## **Liebe Leserin, lieber Leser,**

Liebe Lebe Lache – so ist das Leben lebenswert.

Erst wenn ich mich liebe, kann ich lachen und leben.

Glücklich jeden Tag beginnen  
Freudig seiner Tätigkeit nachgehen  
Dankbar das Wunder der Natur betrachten  
Kooperation mit allen Menschen  
Schaffen wir wieder das Paradies auf Erden!

Gesundheit, Partnerschaft und Beruf sind die Angelpunkte unseres Lebens. Wir möchten geliebt und erfolgreich sein.

Wie sieht die Wirklichkeit aus? Lebst du deine Träume?

Das Buch führt in das Seelen-Licht Management, ein altes göttliches Wissen. Neue Wege zur Entfaltung und Heilung der Seele im physischen Körper. Das energetische Wunderaggregat Körper-Seele-Geist, ein Meisterwerk der Schöpfung, näher kennen lernen. Das Buch ist kein Roman, sondern tiefe Seelen Weisheit.

Ich bin Botschafterin zwischen den Welten und zeige den Weg zurück in die göttliche Seelenqualität. Eine spannende Reise in das innere Selbst. Abbau von Stress, Angst, Aggressionen, Blockaden, mehr Lebensfreude durchfließt jede Zelle. Mit der effektiven Nutzung aller Lichtquellen entfalten sich in Liebe die feinstofflichen Schwingungen der Seele im physischen Körper.

In dem heutigen monumentalen Transformationsprozess ist die Erschließung eigener Ressourcen äußerst wichtig.

Professionell sich wieder von der Intuition führen zu lassen.  
Heraus aus der Dunkelheit, ein Aufleuchten des inneren  
Seelenlichts.

Licht vollbringt Wunder – lasse geschehen!

***Marianne***

***Liebe ist:  
schwingen des Licht in höchstem  
Konzentrat***



***... es werde Licht  
...und es ward Licht***

## ***Licht und Liebe - Balsam für die Seele***

Lasse dich in die Welt des Lichts, des Unsichtbaren, und doch Vorhandene entführen für ein paar Augenblicke. Mehr sind diese Zeilen des Buches nicht im großen Weltengeschehen.

Wir sind alle Fragmente des Lichts, alles in der Materie ist verdichtetes Licht.

Das Spektrum des Lichts ist gigantisch. Der neue, direkte Zugang zum Quellen-Licht allen Lebens bringt die Transformation und heilt alte Wunden. In jedem Lebensbereich sind große Veränderungen auf Erden. Für uns ist es daher wichtig, die innere Verbindung zur reinen, wahren Kraftquelle des Lebens, der Liebe, wieder herzustellen; eine Online-Lichtleitung zum Schöpfer-Licht. Eine Bewusstseinsweiterung, wie wir unsere inneren Kraftquellen mehr und mehr entwickeln. Die Online Lichtleitung wieder in Gang setzen mit dem eigenen inneren Navi.

Das Leben ist eine Energieform. Wir sind eine göttliche Intelligenz, die den physischen Körper bewohnt.

Wichtig ist, die innere Balance wieder herzustellen. Der Mensch wird erst im zentrierten Zusammenwirken all' seiner Seiten, Kräfte und Fähigkeiten zu einer Einheit. Erst aufgrund innerer Zentrierung, Balance und Durchlässigkeit entsteht Ganzheit.

An uns selbst liegt es, ob wir uns dem Licht des Lebens zuwenden wollen oder nicht. Jeder hat die Möglichkeit sich

im Keller zu verkriechen und zu schimpfen wie dunkel es ist oder aus dem Keller ins Tageslicht herauf zu steigen.

Wenden wir uns ins Licht, so können alle in uns angelegten Talente, Begabungen und Fähigkeiten unseres gesamten Potenzials des Menschseins zur Entfaltung kommen. Jeder von uns hat unterschiedliche Qualitäten und Kräfte. Die Urkräfte der Seele, der Spirit, warten darauf das Licht auf Erden anzuzünden.

*Das SEIN im Seelenlicht ist ein neues, ganzheitliches Bewusstsein.*

Licht und Liebe sind Balsam für die Seele. Kannst du dir vorstellen reine Lichtenergie wieder für das eigene Wohlbefinden zu nutzen? Eine neue Zeit bricht an, die Wandlung in neue Dimensionen des Lichts. Wir halten uns fest an materiellem, sichtbarem, fassbarem, das gibt uns Sicherheit, meinen wir, hierhin geht unser Gewinnstreben. – Eine völlige Fehleinschätzung. Wir alle sind Fragmente des Lichts, ob du jetzt daran glaubst oder nicht. Licht und Liebe sind die Hauptnahrung unserer Seele. Die Seele ist reine, unzerstörbare Lichtenergie.

Licht ist Schwingung, ist Energie.  
Was ist Dunkelheit? ... Abwesenheit von Licht!

Licht als Wunderpille ist doch genial!

Wir sind nicht mehr auf den Sender Lichtenergie eingestellt, abgeschaltet von der lebenserweiternden Fusion des Lichts, der Quelle allen Lebens. Besondere Erlebnisse im Leben nennt man High Light. Was heißt High Light? Hohes, reines Licht!

Bei diesem neuen Seelen Mentaltraining erfüllt das reine Licht unseres höheren Seelenselbst den physischen Körper.

Von Anbeginn unseres Daseins haben wir sehnsüchtig in den Himmel geschaut, auf der Suche nach dem Sinn des Lebens. Jedes Samenkorn braucht Licht für seine Entwicklung. Licht bringt das zur Entfaltung, was im Samenkorn bereits veranlagt ist. Licht ist die Energie, die Nahrung, das Fundament zur Entwicklung allen Lebens, so auch für uns Menschen.

Täglich hetzen wir von Termin zu Termin und vergessen innerlich aufzutanken. Mit dem Auto fahren wir an die Tankstelle zum Auftanken neuer Energie.

Wo tankst du auf?

Das Wunder dieser Zeiten ist, dass wir wieder die Kraft des Urlichtes in uns entfalten können. Unser Erkenntnisdrang ist groß, und so ist unser größtes Streben Klarheit über unsere eigene Existenz zu erhalten. Vor rund 100 Jahren entdeckte Einstein die Relativität von Raum und Zeit sowie die Äquivalenz von Materie und Energie. Wenige Jahrzehnte später wurden die Gesetze der Quantenwelt erkannt. Sie sagen uns, dass es keine feste Materie gibt, sondern die Materie aus energetischen Feldern zusammengesetzt ist. Wir sind umgeben von Licht. Licht sind elektromagnetische Wellen.

Der Computer, Handis, E-Mails, Telefon, funktionieren durch Lichtwellen, reine Lichtenergie.

Hast du Lust Licht in dein Inneres zu lassen, neue Energien zu tanken? Erfühlen, erleben, erkennen das innere Licht, die Liebe. Alles ist da, es ist nur verrostet, weil die Online unbenutzt blieb, wir unsere fundamentalen Eigenschaften vergessen haben, die körpereigene Intelligenz des Lichtes anzuzünden.

Das Seelen-Licht-Management ist eine sehr einfache, praktikable, unabhängige Methode. Das reine Seelenlicht öffnet neue Lebenswege.

Tauche ein in das Meer des Lichts, Wunder werden geschehen.

Licht - das Medium für den Menschen.

## ***Wer bin ich?***

*Gibt es ein ewiges Leben?*

*Was geschieht, wenn ich sterbe?*

Seit Menschengedenken beschäftigen uns diese Fragen. Was ist richtig, was falsch. Die Antwort ist in dir. Du weißt alles, jedoch ist das Wissen deines Wesens verloren gegangen, im Unterbewusstsein versandet.

Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens und Vollkommenheit ist Voraussetzung, dass du offen für Neues und Altes bist!

*Das innere Seelenleben erkennen, erleben, erfühlen - wie funktioniere ich.*

Inzwischen kann die Medizin viele Organe des Körpers ersetzen. Die Seele, der Energiegeber des menschlichen Körpers, ist unersetzbar und uns fast unbekannt. Wir sehen von außen unseren physischen Körper und schauen jedoch von innen durch die Augen heraus. Dass aber das Innere wir selbst sind, können die wenigsten Menschen als ICH identifizieren.

Die Suche nach der eigenen Identität führt uns zu mehr Körper- und Seelenbewusstsein.

Täglich strömen unendlich viele neue Anforderungen, Aufgaben, Herausforderungen, Leistungserwartungen auf uns ein, das Bewältigen ist fast unmöglich. Stress, Druck, Angst, Aggression wird immer größer. Eine neue Kraftquelle muss sich auftun. Ganz einfach ist es - alles ist in dir. Mit diesem Buch hast du die Möglichkeit den inneren Seelen-

Licht-Fluss im Alltag wieder herzustellen und vor allem für deine Zwecke zu nutzen.

*Neue Perspektiven - die Kraft von Innen nutzen.*

Das eigene Management kennen und führen lernen, das innere Unternehmen, Körper - Seele - Geist, ist heute von immens wichtiger Bedeutung. Wir müssen die physischen Sinne neu definieren und lernen, sie richtig zu nutzen, für die Entfaltung der Lichtquelle in uns.

Die Wahrnehmung nur des physischen Körpers ist einseitig, denn unser Körper ist ein riesiges energetisches Unternehmen. Mit diesem Buch aktivierst du den göttlichen Lichtfluss.

21.12.2012 - ein magisch es Datum!  
Das Ende der dunklen Zeitepoche!  
Aus der Dunkelheit zum Licht!

Endlich kann ich mich wirklich spüren „Wer bin ich“.

Viel wird gesagt und geschrieben über Wandel, Innovation, Globalität. Der wahre Wandel erfolgt in uns. Die Sicht von außen nach innen, um dann mit der Kraft von Innen im Außen erfolgreich zu sein.

Dazwischen liegt das Sich-fallen-lassen, Vertrauen in sich Selbst. Eintauchen in die innere Unendlichkeit, das Göttliche in uns. Ein Kennenlernen des Inneren und der universellen, kosmischen Zusammenhänge - wie oben, so unten.

Mit dem Jahr 2012 sind wir in ein neues Jahrtausend, das Wassermann Zeitalter, gegangen. Die Hinwendung zur Weiblichkeit, die Schöpfung, das Gebären des Inneren sowie die Öffnung der Intuition, des Spirits und des Geistes. Die Erweckung und Harmonisierung aller Lichtquellen und

Lebensenergien. Wir können jetzt wieder die Strukturen der Materie durchdringen mit der feinstofflichen, unsichtbaren und doch vorhandenen Lichtschwingungen der Seelenenergie, eine Transformation bzw. Mutation. Im Inneren erleben und erkennen, wer wir sind, was in uns ist, was zugeschüttet und vergessen wurde. Globalisierung und Coaching sind die Modewörter, wende es für dich an. Vereinige harmonisch Kopf, Herz, Verstand, Seele, Gefühle. Bringe Intuition und Emotion, Innen und Außen auf einen Nenner und du bist glücklich.

Das Buch ist auf der Seelenenergiebasis geschrieben von Seele zu Seele, für die Seele. Für Leute, die nur nach dem Ratio leben, wird manches unverständlich sein. Doch Geduld, auch diese Seele möchte ausgebuddelt werden.

Lasse dich an die Hand nehmen, liebevoll in deine wahre, innere Seelen-Licht-Welt der Liebe führen. Langsam, Schritt für Schritt *die Sprache der Seele wieder hören*.

Unsere wahre Identität haben wir vergessen. Im Laufe von Tausenden von Jahren ist das Seelen-Licht-Bewusstsein verloren gegangen. Wir haben uns nur noch mit dem Außen identifiziert. Jetzt, heute, im neuen Zeitalter lernen wir wieder unsere innere Lebensquelle nutzen, von innen nach außen und nicht umgekehrt, wie es bisher war.

Was bedeutet Mobilität für dich persönlich?  
Beweglich sein! Also, sei mobil!

Lasse dein bisheriges Denken los, gebe deinem Kopf, dem Ratio, Urlaub, werde lockerer in der Denkweise und tauche ein in das innere Wesen. Orientiere dich neu, verabschiede alte Gewohnheiten. Schubladendenken loslassen, um unbekanntes Terrain zu ergründen.

*Leben ist: glücklich sein, frei sein, sich bewegen, verändern, fließen lassen von innen heraus.*

Zuerst müssen wir lernen, uns selbst zu vertrauen, das kann der schwierigste Schritt sein. Uns wurde in den vergangenen tausenden von Jahren beigebracht, dass andere Menschen weiser sind und dass sie wissen, was für dich am besten ist. Das mag gestimmt haben, als du ein Kind warst, doch jetzt bist du erwachsen. Wir haben verlernt unseren eigenen Lebenskurs festzulegen.

Die Weisheit und das wahre Licht des Kosmos sind nun erreichbar und möchten uns bei der Selbst-Meisterung helfen.

Möchtest du mehr über das innere Seelenlicht wissen, dann lese weiter, mache ab und zu eine Pause, denn allein durch das Lesen dieser Zeilen löst sich energetisch im Unterbewusstsein viel auf. Mit dem inneren Wiedererkennen deines Seelen-Selbst gelangst du in einen freieren, glücklicheren Gemütszustand.

Den Weg in dein Lebens-Urpotenzial zeigt dir dieses Buch zur harmonischen Vereinigung von Körper, Seele, Geist. Ja, du bist der Manager deines Unternehmens „Körper“ hier auf Erden. Das neue Licht-Management gibt Kraft und Wohlstand. Neues Vertrauen in die eigene Wertigkeit, lässt dich erblühen. Du gesundest von innen nach außen. Bist glücklicher und hast mehr Lebensfreude.

Lasse den wertenden Kopf los, der immer alles besser weiß, und öffne dich dem inneren Potenzial. In einem Lied einer schwäbischen Band heißt es „Komm mit ins Abenteuerland – der Eintritt kostet den Verstand.“ So ist es, den alten Verstand loslassen, denn wir wollen uns auf eine innere Entdeckungsreise begeben. Weiß der Kopf alles besser, kann

nichts Neues entstehen. Das Buch ist eine Anleitung zum Glücklich sein.

*Deine Seele kannst du nur über dein Herz erfahren.*

Das Herz ist der universelle Motor im Körper. Hier sitzt die reine Seelenenergie, der göttliche Same der Liebe, der darauf wartet, seine volle Kraft in dir zu entfalten. Im Herzen ist die Schatzkiste, doch den Zugang, das Lösungswort bzw. den Schlüssel haben wir verloren. Wir sind vor tausenden von Jahren wie in eine Amnesie, einen Schlafzauber gefallen, aus dem wir jetzt erwachen. Der Schlüssel zu unserer Schatzkiste der Fülle ist in unserem heiligen Herzen und das Schlüsselwort ist - *LIEBE*.

Das Buch der Weisheit und Talente ist in dir gelagert und wartet auf die Zeit, in der du die Lichtmembrane entfaltest, die das Portal zum Gottesbewusstsein bewacht.

Liebe Lebe Lache ist der Buchtitel. Erst wenn du dich liebst, so wie du bist, kannst du frei leben und lachen. In die Liebe, das Licht und das göttliche Bewusstsein führt es dich.

*Lasse innere Kämpfe los,  
du kämpfst nur gegen dich selbst.  
Gebe dich deiner inneren Liebe hin, sie ist wirklich in dir.  
Erkenne und erlebe deine wahre, innere Größe.*

Jeder für sich, in sich selbst, denn die Zeit des Missionierens ist vorbei. In den heutigen Schlagerliedern ist sehr viel Wahrheit. Die Gruppe „Söhne Mannheims“ singen Lieder mit sehr viel Lebenswahrheit. Im Song „Can you feel it“ singen sie „kümmere dich um dein Leben und dann, kümmere dich um uns. Kümmere dich um DEIN Leben ... do you know the light do you feel the time or is it in your mind“.

...oder von der Gruppe Silbermond „Krieger des Lichts“  
„Lass uns aufstehn, macht euch auf den Weg, hab keine  
Angst vor deinen Schwächen usw.“

Das Erkennen “Wer bin ich – wie funktioniere ich” ist heute  
mehr denn je eine zentrale Frage.

Alles ist in dir, du brauchst nur den Samen in dir, die  
göttliche Kraft der Liebe, mit Licht und Liebe nähren. So  
einfach ist es, doch gerade deshalb, für uns unvorstellbar.

Sei jetzt mal etwas egoistisch und stelle dein  
körperlichseelisches Wohlbefinden an erster Stelle in  
deinem Leben. Nicht das der Anderen, sondern fange heute  
damit an und

*schenke dir persönlich jeden Tag eine Stunde Zeit.*

## **Der Mensch**

*ist stets  
in sich  
innerlich  
Allein*

*Ein Same  
Einsam*

*Ein Same  
in dir*

*Gebe ihm  
Nahrung  
Sonne*

*Licht*

*In dir  
zünde das Licht  
der Liebe  
wieder in dir an,  
lausche  
in dich hinein,  
es ist wunderschön  
das Paradies in dir.*

*Marianne Ullrich*

Hier geht es nicht um äußere Erlebnisse, sondern um das innere Erspüren, Erwachen der Seele im physischen Körper welche Seelen-Bedürfnisse du hast.

*Eine Expedition in das eigene Selbst.*

Du lernst deine innere Stimme, deine Intuition kennen und intensivierst mit dem Seelen-Licht-Management, die Antennen nach oben. Das Leben gestaltet sich harmonischer, entsprechend deinen heutigen Wünschen und Bedürfnissen.

Stelle dir das Körperinnere so vor, dass die „inneren, seelischen Informationsrohre“ verrostet und verstopft sind. Alte Informationen, Erlebnisse und Erfahrungen haben sich zusammengeschlossen zu blockierenden Energiefeldern. Dadurch ist die innere Seelenempfindung dumpf, das wahre Wesen, die reine Lebensenergie zugeschüttet.

Mit dem Licht-Mentaltraining kommst du in dein Urpotenzial, der Lichtfluss wird aktiviert, die Seele beginnt im Körper aufzublühen.

Ständig suchen wir Bestätigung im Außen, weil im Inneren Unzufriedenheit und Chaos herrschen. Wir sehnen uns nach Liebe, Geborgenheit, Verstehen und Vertrauen. Eine äußere „Sucht“ (Suche) entsteht.

Der Schlüssel zu Glückseligkeit liegt in uns.

Am schönsten wäre es, es macht „klick“ und wir sind glücklich, d.h. wieder in unserem wahren Lebenspotenzial.

Leider geht es nicht so einfach, da wir ein kompliziertes Energiesystem in unserem physischen Körper haben. Durch die Erddichte sind die Körperstrukturen schwer und unbeweglich. Die Zellstrukturen des Körpers haben eine niedrigere Schwingung als die reine Seelenenergie. Bei einem „klick“ würden wir aus dem Körper katapultiert werden. Die Erhöhung der körpereigenen Lebensenergie geht nur in dem für dich richtigen Lebensrhythmus. Das Auffüllen des physischen Körpers mit neuer Lebensenergie ist ein Recyceln alter Lebensenergien. Du kannst nicht alles auf einmal rauswerfen. Die Harmonisierung von Körper, Seele, Geist ist wie eine fremde Sprache neu zu lernen.

Machen wir zusammen die Reise nach innen.  
Kommst du mit? – JA – Wunderbar  
Habe keine Angst, es wird nur schöner.

Bitte nehme die logisch-rational sehende Brille ab, setze geistig

♥ **deine**  **Herzensbrille** ♥

auf. Diese Brille ist ebenso real wie die andere, jedoch unterliegt sie den geistigen Gesetzmäßigkeiten, der universellen Liebe.

In der Natur geschieht alles nach den kosmischen Gesetzmäßigkeiten, Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter. Alle Tiere, Pflanzen, die Erde, das Wasser leben gemäß den kosmischen Energien.

...oder - was meinst du?

Erhält im Frühjahr ein Baum den Befehl „Du musst am 1. April blühen“, obwohl es draußen noch bitterkalt ist?

Nein, wohl kaum, denn der Baum richtet sich völlig nach den Wetterverhältnissen, den Gegebenheiten der Natur. Sind die entsprechenden Wachstumsenergien zur Entfaltung vorhanden, sprießt und blüht er nach dem Winterschlaf in voller Herrlichkeit zu dem Zeitpunkt, wo die Voraussetzungen innen und außen übereinstimmen. Die Natur ist ein aufgeschlagenes Buch, das jeder täglich lesen kann.

Die Vögel fangen bei Sonnenaufgang an, ihr Lied zu singen... und jeden Tag geht die Sonne zu einer anderen Zeit auf. Oder meinst du, die Vögel haben am Flügel eine Armbanduhr? Die innere Uhr führt sie.

Also, lasse dich ab jetzt auch so führen. Gehe mehr in die Natur, schau´ dir das Leben der Tiere, Bäume, Blumen an, du kannst viel lernen. Eine Kaktusart blüht nur eine Nacht in ihrer vollen Schönheit. Warum gerade nachts, wo sie keiner sieht. Ja, sie öffnet dann ihre volle Pracht, wenn für sie die richtigen Voraussetzungen gegeben sind und denkt nicht egoistisch: „Hoffentlich sehen alle wie schön ich bin“.

*Lasse dich täglich von deiner inneren Stimme führen.*

Wer, was ist meine innere Stimme, wer spricht da eigentlich?

Wir alle haben eine innere Stimme, können auf sie hören und nach ihr handeln. Warum nutzen wir diese Chance so oft nicht? Unsicherheit, Angst und äußerer Zwang halten uns davon ab, auf diese ungewöhnliche Art eine Entscheidung zu treffen. Statt auf die eigene innere Stimme zu hören, folgen wir anderen, Besserwissern, falschen Freunden, der Vernunft usw. Wenn du nicht auf dein Inneres hörst, lebst du gegen dich, deine Gefühle, vergewaltigst dich, und im Innern entsteht Frust und Druck.

*Deine innere Stimme* ist:

Das innere Gefühl in dir, was du zuerst tun möchtest,  
die Entscheidung aus dem Bauch heraus,  
dein Instinkt,  
deine Intuition,  
dein höheres Selbst,  
dein Über-Ich.

Mit diesem Buch lernst du deine innere Stimme kennen, auf sie zu hören, die Intuition täglich effektiv zu nutzen. Zum Überleben und Selbstschutz brauchen wir unsere innere Stimme. Die innere Stimme ist auch: Wenn wir eine plötzliche Entscheidung treffen, die gegen alle Erkenntnisse der Logik sind, dann sagen wir: „Das habe ich aus dem Bauch heraus entschieden.“ Damit meinen wir - gegen den Kopf, aus dem Inneren der Seele heraus. Fast immer, wenn wir Entscheidungen nach unserer inneren Stimme oder aus dem Bauch heraus treffen, stehen wir gegen die Meinung Anderer und unseres Egos. Später können wir erfahren, dass es richtig war. Das Ego hat einen kleinen Überblick, jedoch das höhere Selbst, die innere Stimme hat Zugriff zur Quelle allen Lebens und ist zukunftsorientiert.

Lernen wir wieder gemeinsam unser Inneres kennen und die kosmischen Energien nutzen.

Ja, als Erstes: Lege alte Masken ab, du brauchst sie nicht mehr. Masken sind aufgesetzt und trennen uns vom Herz, der Liebe und unserer Seele. Sei echt - zu dir, denn du bist dein wichtigster Freund.

Beginnen wir zusammen die Reise nach innen, in die brodelnde Stille der Seele.

Stelle dein bisheriges Denken in Frage!  
Sei offen für neue Erfahrungen!  
Nimm Zweifel oder Angst in dir an!

„Einer neuen Klarheit ist nichts schädlicher als ein alter Irrtum“, sagte schon Goethe.

*Vertraue deinem eigenen Selbst - ist das Zauberwort*

In dir sind viele wunderbare Eigenschaften, die dir nicht mehr bewusst sind. Lasse dein Seelenbewusstsein von Tag zu Tag mehr wachsen, langsam, liebevoll. Es geht nicht von heute auf morgen. Das Vertrauen in dich selbst, die Intuition und innere Stimme musst du wieder lernen wie ein Baby das Laufen lernt.

Wichtig ist, dass du Angst und alte, starre Vorstellungen los lässt und offen bist, um dein Inneres kennen und lieben zu lernen. Einfach im Moment hinnehmen, dass es Dinge zwischen Himmel und Erde gibt, die logisch rationell nicht erklärbar sind.

In den letzten Jahrtausenden hat es ein technisches Wachstum gegeben, die geistige Entwicklung der Seele, der Mensch, blieb unbeachtet. Die Entwicklung von Maschinen war wichtiger. Das Wassermann-Zeitalter hat die Aufgabe, die Tore für die Herkunft der Menschlichkeit und die geistigen Wurzeln zu öffnen.

Warum sind so viele Politiker, Unternehmer usw. in der Vergangenheit gestolpert? Unehrllichkeit, Machtgier und Betrug waren ihre Machenschaften. Die Basis, Ehrlichkeit, Freiheit und Aufrichtigkeit, das wahre Fundament, fehlte oder war verfault.

Offenheit und Ehrlichkeit sind die Aspekte unserer Zukunft. Offen und ehrlich bedeutet auch, dass du dich innerlich nicht belügst, dir nichts mehr vormachst.

### *Ehrlichkeit zu sich selbst*

Lege die Scheinwelt ab, schau´ hin, wie es wirklich ist, sehe der Realität ins Auge, dann kannst du es ändern. Stimmt es, was andere zu dir sagen, befehlen, fordern? Spüre hin, was du fühlst, und folge *deiner* inneren Stimme. Hast du Vertrauen in dich selbst, gehst du mit zielgerichteten Schritten durch dein Leben, so ist jeder Tag Freude und Lebendigkeit.

### *Die Reinheit des Herzens öffnet alle Türen*

Die Sprache des Herzens wird auf der ganzen Welt verstanden.

Ein Wechsel des Blickes, der Einsicht ist notwendig. Der Wandel erfolgt in der inneren Tiefe. Wir haben eine künstliche Welt gebildet, die auf Dauer unlebbar ist. Nichts fließt, alles stockt.

*Mache nicht die Welt für deine Probleme verantwortlich, sondern übernehme die Verantwortung für dich selbst,*

dann kommen wir einen riesigen Schritt vorwärts. Wir müssen lernen, weltweit zusammenzuleben, nur so können wir in Zukunft überleben, denn wir kommen alle aus einer Quelle, jedoch aus verschiedenen Blickwinkeln.

Hast du Frieden in dir, strahlst du ihn aus, so kann auf Erden Friede einkehren. Jeder kann nur die Verantwortung für sein eigenes Lebens-Unternehmen tragen. Friedensdemonstrationen bringen gar nichts, wenn Aggressionen im Innern nach außen gestrahlt wird. Erst einmal ist der eigene innere Frieden herzustellen, sonst strahlen diese aggressiven Energien in die Welt. Frage doch mal einen Baum nach seiner Meinung über dich, umarme ihn, horche hinein und er wird dir antworten.

Stelle dir vor, die ganze Welt ist ein großes Orchester und du bist eine unentbehrliche Note in der ganzen Sinfonie. Die Note muss einen guten Klang haben, deinen Seelenklang, denn sie ist eine Resonanz zur anderen und trägt zur Harmonie des Ganzen bei. Dein Körper ist der Klangkörper der Seele. Wird die Schwingungsfrequenz der Seele blockiert, wird der Körper krank. Körper und Seele müssen harmonisch zusammen fließen, eine Einheit sein.

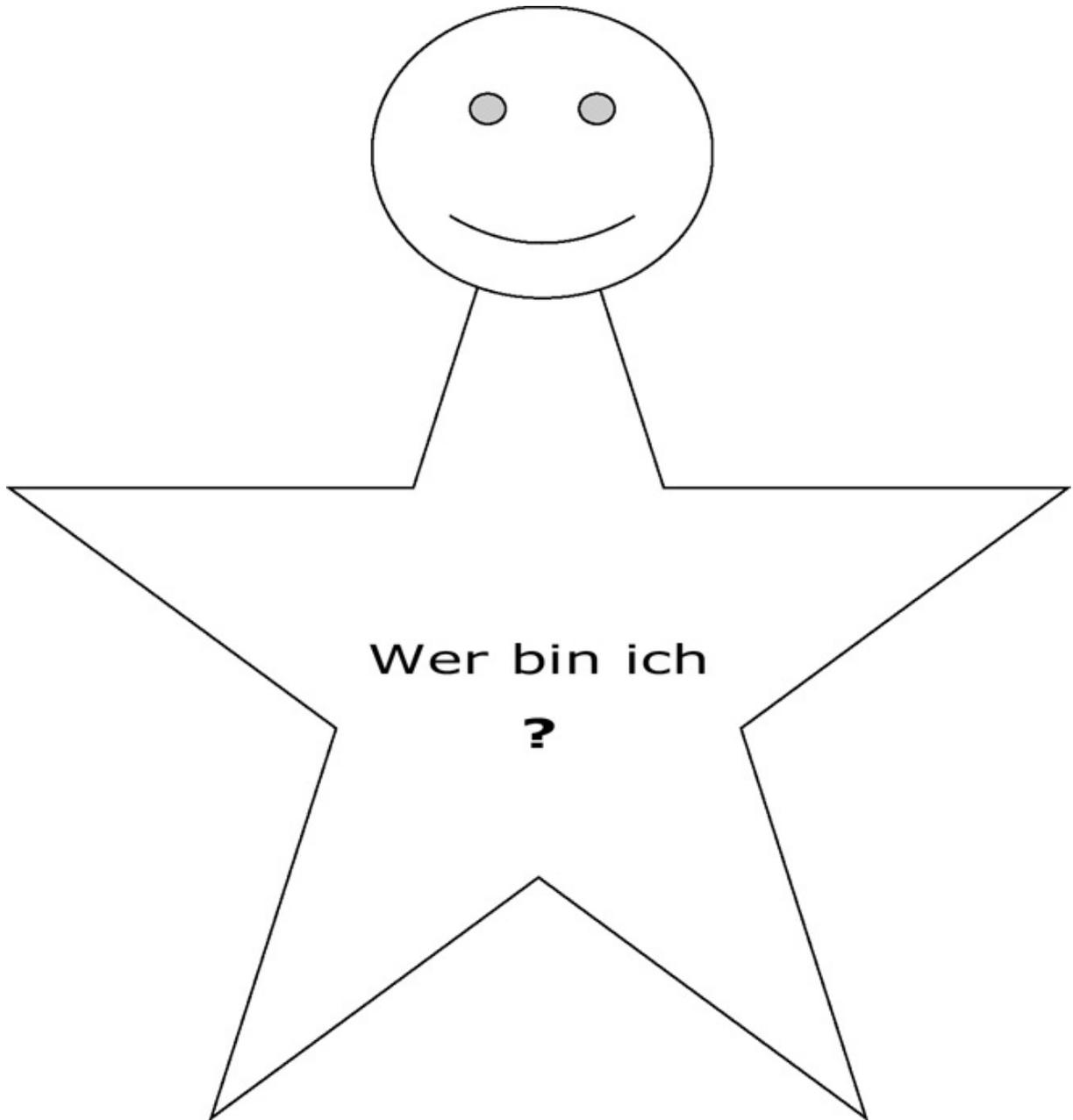
Die größte geistige Heilkraft liegt in der Energie des reinen Lichts der Liebe.

Ein großes Potential von Selbstheilungskräften schlummert im Menschen, eine gigantische Kraft. Wir nutzen nur 10 % unserer physisch-geistigen Kräfte. Wir haben Nerven, Drüsen und Energie-Zentren in unserem Körper zur Aktivierung unseres gesamten Potentials. Jede Zelle ist ein kleines Atomkraftwerk. Jedoch richtet der Mensch seine Kraft nach Außen, anstatt sie innerlich zu zentrieren.

In uns ist ein göttlicher Strom, der jetzt wieder aktiviert werden kann. Mit dem Seelen-Licht Mentaltraining rufen wir das intelligente Prinzip in uns wach und überall steigert sich die Lebensenergie im physischen Körper.

Das Schwierigste - und doch so einfach - ist es, zu verstehen, wie funktioniere ich, wie kommen Körper und Seele in Harmonie. Machen wir gleich zu Beginn gemeinsam eine erste kleine innere, geistige Entdeckungsreise.

Wir gehen jetzt gemeinsam in deine innere Welt, die genauso existent ist wie die sichtbare äußere Welt.



## 😊 1. Energie-Übung „**Wer bin ich?**“

Setze dich ganz ruhig und entspannt hin, lasse geistig den Körper los. Die Wirbelsäule sollte unbedingt gerade sein, damit die Energie besser fließen kann.

Richte deine Aufmerksamkeit nach Innen. Spüre den Körper, den Atem, wie der Brustkorb sich hebt und senkt.

Fühle in dich hinein – nimm alle Gedanken und Gefühle an, die jetzt gerade in dir sind.

*Hebe langsam deinen rechten Arm.*

Nun bewege bewusst deine Hand, die Finger,  
... und lasse sie wieder los. ... und noch einmal

Wer tut dies?

Wodurch geschieht dies?

Wer setzt den Arm in Bewegung?

Jetzt schließe die Augen,  
gehe nach innen,  
so spürst du dich innerlich besser.

Hebe nochmals den rechten Arm.

Spüre in dich hinein.

Da bist du in dir,  
niemand anderes.

Es ist deine Innenwelt – das bist du!

Nimm dich so an, wie du gerade bist.

Die Gedanken, alles, was so im Moment in dir vorgeht.

Nach einer Weile öffnest du langsam wieder die Augen, schau nach außen. Dies ist *deine erste, innere Entdeckungsreise!*

So lernst du langsam dich selbst kennen.

Durch wen - wer - wie - was -  
wird mein Arm in Bewegung gesetzt?

Hebe nochmals langsam, bewusst deinen linken Arm - und lasse ihn wieder los.

Du gibst den Bewegungsimpuls deiner inneren, geistigen Zentrale weiter, Energie wird freigesetzt, damit die Körperbewegung ausgeführt werden kann.

Wer führt diesen Bewegungsimpuls aus?

*Du - deine Seelenenergie*

Kannst du dir vorstellen, Energie = Licht zu sein?!!!!

Tu es

Schließe die Augen  
Und sage geistig zu dir:

*„Ich bin reines Licht  
mein unsichtbares Seelenlicht belebt den sichtbaren Körper“.*

Spüre innerlich hin

Den Körper siehst du, doch die Energie, die den Arm hebt, nicht. Deine Seelenenergie ist dein Motor, geistiges Potenzial und macht dich fröhlich und lebendig.

Sage innerlich zu dir die Worte:

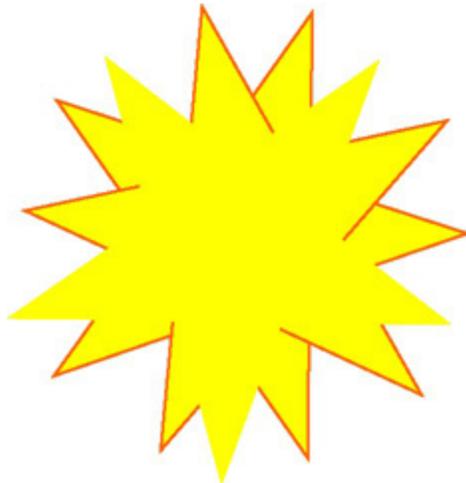
*Ich will leben - Ich will leben - Ich will leben*

Diese zwei Worte bringen mehr Lebendigkeit in den Körper.

Geschehen lassen was sich jetzt in dir bewegt.

Stelle dir geistig einen

**strahlenden Stern**



in der Mitte der Stirn vor

Reines Licht, Stecknadelkopf groß

Schließe wieder die Augen und gehe jetzt langsam in die geistige Vorstellung hinein:

**Ich bin reines, strahlendes Licht**

Stelle dir in der Mitte der Stirn diesen Stern geistig vor.

Verinnerlichen - wirken lassen - wiederholen

Hin spüren - fühlen - loslassen

Bleibe so lange du möchtest in diesem Bewusstsein.