

Schulung des Bewusstseins

Sananda Inspirationen

Band 4



Inhaltsverzeichnis

Vorwort zu „Schulung des Bewusstseins“

Vorwort der Autorin

Vorwort des Herausgebers

Gleichzeitigkeit

Vertikale Gleichzeitigkeit

Lichtkraft

Pflanze einen Apfelbaum

Gewahrsein deiner Gedanken

Zentriert-Sein im Bewusstseinsraum

Ich bin ein Kind der Liebe

Zur Person

Vorwort zu „Schulung des Bewusstseins“

Während die bereits publizierten „Sananda Inspirationen“-Bände¹ der Schulung des Herzens dienen, liegen hier Texte für die „Schulung des Bewusstseins“ vor.

Ein in Liebe geschultes Bewusstsein verbindet die Liebe des Herzens mit seiner geistigen Kraft - frei von Wertigkeiten und Eigenwillen - jedoch im Dienste und zum Wohle des Ganzen.

Hier ist das innere und höhere Anliegen, einen eigenen Bewusstseinswandel zu initiieren und dadurch zu einem kollektiven Bewusstseinswandel beizutragen.

Auch wenn diese Inspirationen nicht weniger liebevoll sind als alle vorangegangenen Texte, so sind sie tatsächlich nicht nur „Nahrung für die Seele“, sondern oft auch lehrreiche Herausforderung für unseren Geist und unser menschliches Denken.

Mich und alle an diesem Kreis Beteiligten haben diese Worte und die darin enthaltene Weisheit in der Tiefe der Seele angesprochen und uns in eine Weite und ein erlösendes Einverstanden-Sein geführt, wie es mir und uns zuvor nicht vorstellbar war.

Gleichzeitig waren und sind mir die Inhalte Lehre und tiefe Erkenntnis für meine therapeutische Arbeit. Zeigen sie mir doch Dimensionen des menschlichen Werdens auf, die weit über die Lehre der Psychologie hinausgehen, da sie den Menschen als geistiges und spirituelles Wesen erfassen.

Der Gedanke der geistigen Einheit ist hier keine ferne Idee mehr, sondern eine gefühlte Selbstverständlichkeit.

So liegt es nahe, dass unsere innere Haltung, unser Bewusstsein eine Wirkung hat - nicht nur auf uns selbst - auch in der Welt!

Mögen auch Dir diese Worte dienen und durch Dich Gutes in die Weltgemeinschaft bringen...

In herzlicher Verbundenheit,
Heike

[1](#) Stand 11/2017

Vorwort der Autorin

Was ist Sananda?

Sananda ist ein Bewusstseinsraum, eine Schwingung, eine Energie, erfahrbar durch ein warmes strömendes Körpergefühl, erfahrbar durch die Empfindung einer Liebe, die sich um mich herum legt und dadurch mein Bewusstsein anhebt und erweitert.

Sananda ist aber auch ein Lehrer, eine Wesenheit, mit der ich kommuniziere, die mich ermuntert, liebevoll kritisiert, vor allem aber inspiriert...

Es ist eine Kraft, die außerhalb und innerhalb meiner Selbst ist - und doch - schlussendlich bleibt es ein Mysterium.

Was aber zählt, sind die Früchte, was immer Sananda sein mag - es hat mein und vieler Menschen Leben bereichert, es ist mir Stütze, Trost, Kraft und Freude - die Quelle, aus der ich schöpfe, die mich trägt und mir Brücke ist zu Gott und meiner eigenen Göttlichkeit.

Sananda ist für mich nichts aus dem Bereich der Esoterik, nicht New Age, nicht Sekte - nichts von alledem.

Es ist die Kraft, die sich mir vor 25 Jahren gezeigt hat, die mir ihre Hand angeboten hat für meinen nicht immer leichten Lebensweg. Schüchtern habe ich diese Hand ergriffen - zum Dank hat sie mich geführt - nicht nur in und durch leichte Zeiten, auch manch steiniger Weg war dabei, aber immer war es ein Weg der Liebe, der Selbsterkenntnis, des Reifens und Wachsens.

Eine spirituelle Reise, ein spirituelles Werden - erst kindlich vertrauensvoll, dann jugendlich rebellierend und

erwachsen werdend bis hin zur zunehmenden Selbstermächtigung. Eben ein Sich-Entwickeln, nicht nur als Mensch, auch als Seele - ein Werden in das, was wir wahrhaftig sind - liebende erkennende Wesen...

Im vergangenen Jahr zählte dieser Verbund nun 25 Jahre!

Eine lange Zeit, viele Worte, viele berührende und heilige Momente. Geteilt mit vielen Menschen, all jenen, die mich kannten und kennengelernt haben.

Es ist an der Zeit, diese liebenden, lehrenden und inspirierenden Worte auch über diesen Kreis hinaus fließen zu lassen...

Mögen sie Gutes tun im Herzen und Denken des Lesenden oder einfach vorbeifließen, wie ein schöner Fluss, der einlädt zum Verweilen und darin Baden...

Mein herzlichster Dank gilt an dieser Stelle all jenen Menschen, die mich immer wieder und unermüdlich ermutigt haben diese Blüten zu teilen, am meisten nun aber meinem lieben Freund im Herzen, Martin, der sich geduldig und fleißig an die Arbeit gemacht hat, still und leise dies Buch gestaltet hat, so dass auch ich mich dem nicht mehr verschließen konnte.

Und natürlich all den lieben Helfern, die den Mut hatten, sich diesen verschachtelten Sätzen zu stellen und sie zu Papier zu bringen.

Ich möchte an dieser Stelle auch noch darauf aufmerksam machen, dass aus meiner Sicht nicht ein Wort in diesen in Trance gegebenen Texten ohne Sinn und Bedeutung ist.

Im Erschaffen der Bände habe ich mich immer wieder gefragt, ob diese spezielle Sprache wohl Eingang in die Herzen des Lesers findet. Nach dem Lesen des 1.Bandes wird mir wieder einmal bewusst, dass WORTE „verstanden“ und „geföhlt“ werden können, - das Wort als Tür zu einem

Raum, den jeder nur für sich selbst erforschen und erfassen kann.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen, dass die Worte dieser Vorträge uns immer weiter in die Tiefen unseres eigenen Seins führen.

Das vorliegende Buch zeigt nur einige Perlen dieser Vielfalt...

Mögen sie Nahrung für deine Seele sein...

Heike Stuckert

Weitere Buch-Bände sind unter www.sananda-inspirationen.de bestellbar.

Vorwort des Herausgebers

Vor ca. 11 Jahren war es für mich noch völlig unvorstellbar, es könne da etwas geben, das von außerhalb meiner materiellen, substanziellen Welt stammt, das für mich hörbar und fühlbar ist und das sich sogar geradezu unerhört darauf einlässt, mir und anderen unmittelbar auf persönliche Fragen zu antworten...

Fragen zu Glauben, Religion und Spiritualität waren mir sozusagen in die Wiege gelegt und hatten weitreichende Auswirkungen auf meine Sozialisation und mein Weltbild.

Allzugern hätte ich in all den christlichen Überlieferungen, Ritualen und vorgetragenen Weisheiten, die z.B. meine Eltern „Glauben“ nannten, etwas gespürt.

Für mich aber blieb es unfassbar, nicht fühlbar.

Und so gern ich meiner inneren Verlorenheit etwas entgegengesetzt hätte, hielt ich mich in Folge enttäuscht und mit innerem Groll an kontrollierbare technische Lebensbereiche. Die große Frage der Sinnfindung blieb Jahrzehnte trotzig ignoriert im Untergrund verschlossen. Eine tiefgründige kaum fassbare Sehnsucht blieb unerfüllt.

Rund 7 Jahre ist es her, dass ich mit staunendem Interesse den ersten Sananda Vortrag hörte, dessen Worte ich oft noch nicht erfassen und erfühlen konnte, - die Wärme, die Stimmung, das „Mich-Berührt-Fühlen“ jedoch waren das, was mich ungemein faszinierte. Eine Verbindung, die ich lange Zeit gesucht hatte, deren Existenz und Qualität ich mir nicht hatte vorstellen können.

Viele Kostbarkeiten und Erkenntnisse sind mir seitdem in dieser Öffnung zur Liebe zugeflogen, meine ganz eigene spirituelle Entwicklung wurde durch viele, viele Vorträge und Einzelsitzungen getragen.

Sananda ist mir ein ans Herz gewachsener liebender Freund, Lehrer und Berater geworden, den ich nicht mehr missen möchte.

Möge dich, liebe Leserin, lieber Leser, der Inhalt dieses Buches auf deine ganz eigene Weise berühren...!

Martin Kopka

PS: ... und eine besondere Freude ist es mir natürlich, nach den in 2017 veröffentlichten Bänden „Sananda Inspirationen“ (Texte zu Schulung des Herzens) hier den 4. Band der monatlich-fortlaufenden Sonntags-Treffen „Schulung des Bewusstseins“ präsentieren zu können.

Bisher veröffentlichte „Sananda Inspirationen“-Bücher:

- „Schulung des Herzens - Sananda Inspirationen“ Band 1, 2 und 3
- „Schulung des Bewusstseins - Sananda Inspirationen“ Band 1, 2, 3, 4, 5, 6
- „Schulung des Herzens und des Bewusstseins - Sonderausgabe Band 1 - Corona Krise“

Siehe auch: www.sananda-inspirationen.de

Gleichzeitigkeit

Ich begrüße und segne euch, meine geliebten Freunde. Ich bin Sananda. Ich freue mich, wiederum, in dieser Weise zu euch sprechen zu dürfen.

Nun, ihr lieben Freunde, ihr bringt eine Stille mit und so manch einer, nicht alle natürlich, auch eine Bedrückung. Wie fühlst du dich, jetzt, hier, in diesem Augenblick?

Teilnehmer (T): Erwartungsvoll

Sananda (S): Ja

Andere T: Ich bin glücklich.

Andere T: Zufrieden

Andere T: Ja, zufrieden

Andere T: Dankbar

Andere T: Ich freue mich. (Wunderbar)

Andere T: Ruhig (Ja)

S: Ja, eine gewisse Stille tragt ihr alle in euch in dieser Zeit. Ja, so mancher Tag ist vergangen, seit ich das letzte Mal zu euch sprach.

Zuerst aber, mein Kind, möchte ich dir zu dem Tag des Mutes gratulieren, mein Kind, - der Mut der Seele, in das Menschliche zu gehen. Nun, und wärest du in dem gleichen seelischen Bewusstsein wie vor deiner Geburt, könnte ich dich jetzt etwas verschmitzt fragen: Und mein Kind, ist's ungefähr so geworden, wie du es dir vorgestellt hast? (Lachen)

Oder sollte ich es lieber nicht fragen, weil sonst eine ganze Schimpftirade als Antwort käme. (Lachen)

Oder aber auch, eine große Freude und Dankbarkeit.

T: Ja, es ist so im Moment, im Moment ist Freude und Dankbarkeit. (Ja) Und fühle mich auch, wie gesagt, zufrieden.

S: Ja. Wunderbar. Nun, ich wünsche dir weiterhin ein glückliches Leben, mein Kind.

T: Vielen Dank.

S: Ja, die Zeit von unserem in dieser Weise letzten Beisammensein bis zum heutigen Tag, habt ihr euch ein bisschen gewöhnt an das Weltgeschehen? (Nein)

Aber etwas macht Frieden ein bisschen in euch, oder etwa nicht?

T: Doch, ja.

S: Ja.

T: So ein Annehmen, es ist so, dankbar.

S: Ja. Ganz genau. Wisst ihr, im Leben geht es ja vor allem darum anzuerkennen, dass die Dinge sind, wie sie sind.

Letztlich geht es nicht so sehr darum, *was* geschieht. Vielmehr geht es darum, wie ein Mensch damit umgeht.

Natürlich, und davon möchte ich euch heute gerne dann auch sprechen, hat Angst einen immens großen Einfluss auf das, was geschieht. Aber letztlich wisst ihr..., wie soll ich es sagen, es gab schon immer Blitz und Donner am Himmel. Als Menschen es sich noch nicht erklären konnten, haben sie Angst gehabt und haben gesagt: „Die Götter zürnen.“ Heute weiß eben der Mensch im Allgemeinen, es sind weniger die Götter, die zürnen, als das tatsächlich einfach Dinge aufeinanderstoßen und Reibung geschieht, und es nicht wirklich mehr schlimmer ist, dieser Blitz und Donner.

Also, *wie* etwas betrachtet wird, *wie* damit umgegangen wird, *wie* es gefühlt wird, hat natürlich sehr viel mit dem, wie soll ich sagen, Bewusstseinszustand des Menschen zu tun. Bewusstseinszustand heißt in diesem Zusammenhang nicht klug oder intelligent oder sonstiges, sondern, wirklich, ist es ein Bewusstsein, ja, dass die Dinge eben so nimmt, wie sie sind, und in einer Weise damit umgeht, die letztlich für diejenigen, der damit umgeht, friedlich sind.

Im Grunde könntet ihr sagen: Friedlich mit dem Geschehen des Lebens umzugehen, ist eine durchaus egoistische Angelegenheit. Denn der, der friedlich damit umgeht, ist selbst in der Schwingung des Friedens. Der in Aufregung umgeht oder in Anklage, ist selbst eben in dieser Schwingung. Wem schadet das, als dem einzelnen selbst?

Nun, wie darf ich es ausdrücken? Ist euer Wunsch, dass ich mehr so vom Kollektiven spreche oder doch mehr vom Persönlichen?

Andere T: Beides (Lachen)

Anderer T: Persönlich

Andere T: Es ist vielleicht das Gleiche?

S: Das Persönliche mündet letztendlich immer ins Kollektive, (Genau) so herum ist es auf jeden Fall so: Wenn ich vom puren Kollektiven spreche, hat die Person immer noch die Möglichkeit, zu sagen: „Ja, das ist sehr interessant, hat aber mit mir nichts zu tun.“ (Lachen)

Andere T: Dann nehme ich auch das Persönliche.

S: Ja. Nun, wir kommen in einen Bereich, ihr lieben Freunde, wo es *um so* deutlicher wird, dass nicht alles persönliche, alltägliche Umgehen gleichzusetzen ist mit eurem geistigen, inneren oder spirituellen Umgehen, obwohl das schlussendlich einer jeder Seele Ziel ist.

Wenn ihr das Leben als einen spirituellen Akt betrachtet, dann ist das so, dass ihr schlussendlich nicht drumherum kommt, das, wie soll ich sagen, das Anliegen zu haben, das Leben aus den Augen der *Seele* oder des *Wesens* zu betrachten.

Das soll aber kein Anspruch werden, der euch unter Druck setzt, der euch in ein Gefühl des Mangels hineinbringt, - sondern es ist einfach..., wie soll ich sagen, einerseits ist es ganz klar, dass jede Seele den Wunsch nach Liebe und Frieden hat in sich, und dass aber jede Seele und der Mensch sowieso doch auch eine rechte Aufgabe darin zu bewältigen hat.

Warum betone ich das so sehr, dass es da eine, auch aus meiner Sicht, sehr verständliche Diskrepanz gibt? Das tue ich deswegen, ihr lieben Freunde, damit ihr nicht hinterher sagen könnt: Naja, Sananda hat ja gut reden. Weil, das wäre ja dann so, als würde ich eure *Menschlichkeit* nicht wertschätzen, die schätze ich aber sehr *hoch*. Und doch erlaube ich mir, euch, eben, wieder einmal in einer gewissen vielleicht anderen Weise von der Angst zu sprechen.

Alles, was in dieser Welt auf..., an Grausamem geschieht, oder Traurigem, eben, all diese Kriege und was ihr so kennt, all das beruht auf Angst.

Es hat, und das ist so eine Behauptung, die ich mal in eure Mitte hineingebe, es hat *nur* diesen *einen* Ursprung: *Angst*.

Natürlich gibt es da den Faktor des karmischen Ausgleichs auch, all diese Dinge stimmen schon, - und, könntet ihr mit meinen Augen schauen, dann würdet ihr sehen, dass vielleicht die, die sich heute als Opfer fühlen, die Täterseite längst kennen und umgekehrt *und umgekehrt*.

Und, natürlich ist dieser Weg des *Ausgleichs* ein sehr wichtiger Weg, in den einen oder anderen Glaubensrichtungen ist er wichtiger oder hat er größere

Bedeutung, - aber schlussendlich, schlussendlich spielt es keine Rolle, denn auch *da* war im Ursprung die Angst. Egal, wo etwas angefangen hat an Nicht-Liebe, es hatte mit Angst zu tun.

Und wenn ihr mal in euer eigenes Leben schaut, wenn ihr in Sorge seid, wenn ihr, gleich, um was es geht, ob es um euer Alleinsein geht oder um materielle Dinge, ob es um Liebe geht, oder um was auch immer es sich dreht, - wenn ihr darin in Sorge seid, in Traurigkeit, in Not, wie immer die aussehen mag, wenn ihr genau hinschaut, seid ihr dann *in Angst*.

Könnt ihr das verstehen? (Zustimmung)

Es ist natürlich, wie soll das als Mensch möglich sein? Also es ist möglich, und doch frage ich mal so, als wäre es nicht möglich, denn es ist ein berechtigter, menschlicher Einwand. Ein Mensch würde sagen: „Wie soll es möglich sein, dass ich keine Angst vor Krieg hätte?“, oder „...dass ich als Mensch keine Angst vor Armut oder Verwahrlosung hätte?“ Das ist erst einmal sehr verständlich, nicht wahr, dass ein Mensch solche Ängste in sich trägt. Aber *muss er das?*

Wisst ihr, es ist *ein Teil* der Wahrheit, dass *auch* davon gesprochen wird, dass das, wo die Angst sich darauf richtet, auch geschieht. Es ist aber auch nur *ein Teil* der Wahrheit, denn alle, die schon mal Angst gehabt haben, wissen, dass es an manchen Punkten wie irgendwie gar keine *Wahl* gibt, diese Angst zu haben oder nicht zu haben. Kennt ihr das? (Zustimmung, Ja)

Und, wenn ihr an diesem Punkt seid, wo diese Angst euch einfach übermannt, dann wäre es doch eine rechte Achtlosigkeit zu sagen: „Ja hör mal auf damit, sonst geschieht's noch, was du dich ängstigst.“ Das wäre frech, nicht wahr?

Nein, wichtig ist, wirklich die Angst *wirklich* interessiert zu betrachten. Und da bin ich jetzt im Persönlichen, denn natürlich könnte ich euch unter Umständen einen langen Vortrag halten, wie gut es wäre, einmal politisch sich mit der Angst zu beschäftigen. Aber was nutzt euch das, das wäre ein rechtes Philosophieren.

Nein, wirklich etwas bewirken in *deinem* Leben und damit auch im Kollektiven kannst du ja nur, wenn du es an dir *selbst* erlebst.

Sich *wirklich* einmal zu fragen: „Welche Entscheidungen fälle ich aus Angst?“, - wirklich mal zu überprüfen.

Es gibt ja..., wie soll ich sagen, es gibt den Bereich der empfundenen Ängste, wo wir auf einer reinen Ebene der Gefühle bleiben. Das wäre schon viel, da wirklich zu spüren, wenn ihr euch zum Beispiel sorgt ums Alleinsein, sich auch wirklich zu fragen: „Ist es tatsächlich *jetzt* ein Problem?“, - meistens ist es das nämlich nicht, sondern die Sorge richtet sich als Angst auf die Zukunft.

Könnt ihr mir folgen? (Ja)

Bei materiellen Sorgen ist das auch sehr beliebt (Lachen). Der, der nämlich wirklich kein Geld mehr hat, der macht sich auch keine Sorgen mehr, dass er keins hätte, er ist schon dabei, keins zu haben.

Andere T: Der Wunsch hat sich schon erfüllt.

S: Sondern da, wo die Angst wirkt, ist es oft etwas in die Zukunft hinein.

Dann gibt es so etwas, diese Angst zum Beispiel, Dinge nicht zu tun, aus Angst, es sei..., ihr würdet zu viel Geld verbrauchen, und dann wäre späterhin kein Geld für das Unbekannte da, - also ist eher die Angst..., dieses, die Angst vor der Armut oder die Angst vor dem Mangel lässt einen

Menschen seltsame Entscheidungen treffen. Das könnte dann so etwas bewirken, wie: Dann erfüllt es sich eben auf andere Art.

Das kennt ihr auch, dass ihr eine Sache nicht macht, weil es vielleicht zu teuer erscheint, und dann habt ihr es billiger bekommen, naja, das Ergebnis davon ist, dann ist es ganz schnell kaputt, und dann müsst ihr wieder eines machen, und dann wars schon teurer, als gleich das Erste. Das sind so die ganz einfachen Beispiele des Lebens.

Also, immer wieder zu schauen, welche Angst, die sich in die Zukunft richtet, wirkt *jetzt* in dir, sei es im Fühlen oder tatsächlich in deinen Entscheidungen.

Der Mensch handelt im Allgemeinen mehr aus Angst, als er sich bewusst ist. Und das ist nicht..., ich sage das nicht, um euch eine Kritik da zu geben, darum geht es nicht. Nein, es ist eher: Das *Schwingungsfeld*, das du so gestaltest um dich herum, *das* hat Bedeutung. Versteht ihr?

Es ist ein schwieriges Thema, das in Worte zu fassen. Ihr könnt nur versuchen, es hinter diesen kleinen Worten wiederum aus der *Schwingung* zu erfassen.

Der allerwichtigste Punkt ist, dass ihr *immer*, wenn es irgend geht, tatsächlich *immer, egal*, was geschieht, *egal*, wie ihr euch fühlt, das Bewusstsein der Liebe dazu nimmt. Nicht, dass ihr dann statt ängstlich, *liebend* sein sollt, das ist ja eben das, was nicht wirklich geht. Wenn ihr Angst fühlt, fühlt ihr Angst. Aber dieser eine Punkt, der..., dieser eine kleine Gedanke, der sagt: Und auch *das* ist in Liebe aufgehoben. Könnt ihr mir folgen? (Zustimmung)

Immer wieder geschieht es, und ihr dürft mir gerne widersprechen, wenn es bei euch nicht mehr so ist, aber immer wieder geschieht es ja, dass ihr natürlich, eben, die Zufriedenheit, das Glückliche, die Freude, die Stille fühlt, -

und dass es aber doch wieder Momente gibt, wo ihr sagen würdet: „Und es ist vorbei, jetzt fühle ich es wieder ganz anders.“ Kennt ihr das? (Zustimmung, Ja)

Dass ihr es immer noch als ein *Entweder/Oder* in euch wahrnehmt, und wenn ihr in dem schönen Zustand seid, ihr hofft, dass euch der andere Zustand nicht mehr erreicht, - und wenn ihr in dem anderen Zustand seid, ihr eben hofft, dass doch wieder dieses schöne Gefühl käme.

Wichtig ist, dass ihr euch auf die *Gleichzeitigkeit* besinnt.

Die *Gleichzeitigkeit* ist *immens* wichtig, - denn tatsächlich geschehen *viele Dinge gleichzeitig*, das ist so. Nur deine *Wahrnehmung* kann sich nur weitgehendst in *einem Raum* aufhalten. Aber eure Wahrnehmung ist durchaus schulbar, und das kennt ihr ja auch schon, sonst könnte ich euch nicht davon sprechen.

Also, wenn du in..., bleiben wir bei dem Wort *Angst*, weil, selbst wenn du jetzt sagen würdest: „Ja, ich fühle es nicht als Angst, ich fühle vielleicht mal eine Wut oder eine Niedergeschlagenheit oder eine Traurigkeit, ich bleibe *trotzdem* dabei, dass in der Wurzel, dass alles auch mit Angst zu tun hat.“

Also, selbst wenn ihr in solch einem Gefühl seid, *da* das Bewusstsein zu entfalten, dass ihr *gleichzeitig* in der *gleichen* Situation in Liebe seid, wäre sehr hilfreich und an sich schon eine große Übung, nicht wahr?

Werfen meine Worte bereits Fragen in euch auf?

Andere T: Gibt es so was wie eine Art rote Lampe, die angeht in der Angst? Sind die dann zusätzlich zur Roten dann auch noch die Grüne, und die kann ich jetzt mal drücken?

Sowas wie ein Wort, was ich mir sagen kann?

S: Da kannst du dir ausdenken, was du willst, mein Kind, weil es ist ja einfach so: Du hast gerade gesagt, rot und grün, da darf jeder sein eigenes Symbol wählen, verstehst du, weil die *Gleichzeitigkeit*, das Bewusstsein der *Gleichzeitigkeit* ist schlussendlich der *Schlüssel*.

Wisst ihr, ihr alle habt das schon gehört, und ihr werdet es auch immer wieder hören, dass wir Freunde aus der geistigen Welt, oder mein Sein, dass immer wieder auch gesagt wird: Ja, und wenn..., was immer in dir vorgeht, mach dir bewusst, es gibt mindestens einen, der dich liebt, nämlich mich.

Das ist der *Anfang* davon, das *Eins plus Eins*, um in diese Entwicklung, in diese *Bewusstheit* der *Gleichzeitigkeit* zu gehen.

Könnt ihr mir folgen? (Zustimmung)

Andere T: Und hat es auch nicht damit zu tun, dass eine Sache in der anderen ist und nicht nebeneinander?

S: Ja, letztendlich ja. - Wisst ihr, das ist ja wirklich so, das Leben ist wie so..., ihr könnt es euch vorstellen: Kreise, ein Kreis, ein nächster Kreis, und jeder Kreis umhüllt den anderen Kreis. Das sind die Bewusstseins Ebenen.

Und wenn ihr zum Beispiel sagt: Ja, eben, die eine Ebene ist, der Körper ist krank, - dann gibt es *gleichzeitig* eine Ebene, wo du in deiner Energie vollkommen gesund bist. Das eine ist ja Disharmonie und das andere ist Harmonie.

Und, wie gesagt, ich bin kein Freund, das wisst ihr ja..., es geht hier nicht darum zu sagen, ihr sollt positive Gedanken haben, ihr sollt euch *nur* auf das Gute ausrichten, - das wäre ja, als würde ich sagen: Ignoriert das, was euch ängstigt oder was an schwierigen Zuständen da ist. Nein, darum geht es nicht. Das eine ist da und *gleichzeitig* ist das andere da und mehr als nur *das* andere.

Aber bleiben wir mal bei *eins und noch eins*, sonst wird's gleich ein bisschen viel.

Warum dieses Bewusstsein entfalten? Aus einem ganz einfachen Grund, denn es bleibt ja auch diese Wahrheit, die sagt: *Das*, was du *stärkst* oder *das*, was du *fokussierst*, stärkt sich.

Und, wenn ein Mensch, das kennt ihr doch, wenn ein Mensch zum Beispiel nur und ausschließlich seine Krankheit fokussiert, ist es aber auch tatsächlich so, als würde er von Tag zu Tag irgendwie kranker werden.

Wenn er aber sieht, er hat das, und er fokussiert sich auf anderes noch, dann kann da tatsächlich *Heilung* geschehen. Und jetzt kommt etwas sehr Wichtiges: Warum geschehen denn die Dinge, die Krankheit, Unfälle, die, eben, einem Menschen das Bewusstsein rauben, Kriege, Ängste? Warum geschieht das alles? Um euch zu quälen? Weil der Mensch irgendwie in seiner einspurigen..., in seinem einspurigen Gewahrsein dumm ist? Was ist das?

Es hat einen *Sinn*.

Im Grunde ist es so, dass alles, was im Schwierigen geschieht..., es hat ja *immer* zu tun mit dieser Angst.

Also, nehmen wir nochmal das Alleinsein. Warum hat ein Mensch die Angst immer wieder in die Zukunft allein zu bleiben?

Naja, weil er es erlebt hat in der Vergangenheit als schmerzlich. Versteht ihr?

Und er soll und möchte..., also, die Seele will ja die Erfahrung machen, dass das Alleinsein gar nicht schmerzlich zwingend ist, - das ist gleichzeitig etwas ganz Wunderbares.

Also was geschieht? Das, was die Angst hervorbringt, kommt ins Bewusstsein, damit die Erfahrung gemacht werden kann, dass es gar nicht so schlimm ist, - dass Heilung eben geschehen kann.