

# Schulung des Bewusstseins

Sananda Inspirationen

Band 7



# Inhaltsverzeichnis

---

Vorwort zu „Schulung des Bewusstseins“

Vorwort der Autorin

Vorwort des Herausgebers

Selbst-Liebe

Das Umgehen mit der Angst

Michael: Liebe und höchste Klarheit

Michael: Klarheit wurzelt in Herzkraft

Michael: Ich bin, ich lebe

Urvertrauen

Raphael: Geborgenheit der Heilung

Zuversicht

Raphael: Bewusstheit

Bewusstseinsräume

Spiegelung des Bewusstseins

Zur Person

# **Vorwort zu „Schulung des Bewusstseins“**

---

Die in diesem Band vorliegenden Vorträge sind 2019 entstanden.

Von heute, April 2020, aus betrachtet, erscheinen mir manche Aussagen darin wie eine Vorhersage. Weniger prophetischer Natur als vielmehr zu einer inneren Vorbereitung auf das, was uns seit Anfang 2020 herausfordert. Erst wieder kriegerische Anschläge, die uns alle immer wieder erschüttern, dann die Corona Welle mit der sich viral verbreitenden Angst. Da sind wir nun und können, wie selten vorher, überprüfen, wie sehr wir in unserer Mitte stehen, wie sicher in unserer Präsenz und wie fest im Glauben an DIE LIEBE, die all das umgibt, trägt und begleitet. Seit 30 Jahren gehe ich nun den Weg mit der geistigen Präsenz, lerne, wachse und erwache mit ihrer Führung - ich bin aus tiefstem Herzen dankbar, diesen Weg gegangen zu sein. Denn dadurch habe ich fühlend erfahren:

*Am Anfang war das Bewusstsein -*

*Unser Bewusstsein lenkt alles!*

*Die größte Erkenntnis findet in jedem einzelnen Menschen statt - durch das Vertrauen in die eigene Intelligenz und das richtige Herz...*

*So verlagert sich das Wunder der Schöpfung in jeden einzelnen Menschen hinein...*

In diesem Sinne wünsche ich Dir von Herzen, dass die folgenden Beiträge Dich tief im Wesen berühren und Du mit großer Klarheit und einem starken Herzen in Deinem Leben stehst und so zu dem kollektiven Bewusstseinswandel von der Angst in die Liebe, von der Polarität zur Dualität, beiträgst.

In tiefer Verbundenheit

Heike

## **Vorwort der Autorin**

---

**W**as 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 vielen 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 29 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 „gefühlt“ 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](http://www.sananda-inspirationen.de) bestellbar.

## **Vorwort des Herausgebers**

Wiederum ist es mir eine besondere Freude, nach den in 2018 veröffentlichten Bänden „Sananda Inspirationen“ (Texte zu Schulung des Herzens) hier den 7. Band der monatlich-fortlaufenden Sonntags-Treffen „Schulung des Bewusstseins“ fertigstellen und veröffentlichen zu dürfen. Er beinhaltet die Transkriptionen der Vorträge bis Ende 2019.

Vor ca. 14 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 9 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

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 Corona-Krise - Sananda Inspirationen“ Band 1, 2, 3

Siehe auch: [www.sananda-inspirationen.de](http://www.sananda-inspirationen.de)

# Selbst-Liebe

---

Ich begrüße und segne euch, meine geliebten Freunde. Ich bin Sananda. Ich freue mich, hier und jetzt, zu euch sprechen zu dürfen.

Und wieder einmal darf ich sagen, wir sind *mehr* als nur das Ich, das hier zu euch spricht.

Wir geistigen Welten sind ja nun ein großes Feld, und alles beim Namen zu nennen, wäre einerseits zu viel und letztlich ja auch *unsinnig*.

Wenn ihr hier, jetzt, in diesem Augenblick, ja still seid, wie ihr es seid, was ist das, was dich umgibt, einmal abgesehen von *meinem* Sein? Was ist die Stimmung, die Atmosphäre, die du letztendlich gerade spürst in diesem Jetzt?

Teilnehmerin (T): Eine freudige Dankbarkeit.

Sananda (S): Ja.

Andere T: Eine Fülle. (Ja)

Anderer T: Ein sanftes Pulsieren. (Ja)

Andere T: Friede. (Ja)

S: Ist es nicht wunderbar, dass es so viele Empfindungen und Wahrnehmungen gibt für die *Atmosphäre*, die da ist? Letztendlich ist es ja immer und immer wieder die *Stille* und *Weite* der Liebe, die es dir möglich macht, *dein* Sein zu fühlen.

Ist das nicht ein schöner Gedanke, tatsächlich sagen zu dürfen: „Ich spüre *mich*, die Freude und Dankbarkeit, ich spüre *mich*, die Fülle, ich spüre *mich*, den Frieden“, - sozusagen die Schwingung auch deiner Seele.

Könnt ihr verstehen, was ich da sage? (Mhm)

Wie ist das denn, wenn du dich für dich, oder eben, du dich fragst: Spürst du das *Schwingen*, das *Pulsieren*, den *Duft*, die *Atmosphäre* deiner Seele? Würdest du da eher *Ja* oder *Nein* sagen?

T: Zeitweise *Ja*.

S: Recht oft aber *Nein*, nicht wahr? (Zustimmung)

Ja, den meisten Menschen geht es ja so, dass sie abgelenkt sind von sich selbst. Und wenn ich sage „von sich selbst“, meine ich es im wahrsten Sinne des Wortes und müsste genau genommen sagen: Die meisten Menschen sind abgelenkt von *ihrem* Selbst, - ja, sogar viele jener Menschen, die sich öffnen für die Liebe, für das Göttliche, für uns geistige Welten.

Denn, das kennt ihr alle gut, nicht wahr, dass ihr die Liebe, die wir, die Geistige Welt, euch bringen, dass ihr sie *fühlt*, *spürt*, dass ihr euch *freut*, wenn sie kommt.

Könnt ihr euch, nicht alle natürlich aber einige von euch, erinnern, als ich euch einmal fragte: Was geschieht in dir in *Erwartung* der Liebe, die da kommt?<sup>1</sup>

Und es fällt euch geradezu, manchmal darf ich sagen, fast leichter, die Liebe, die Schwingung, die Atmosphäre, die wir Geistigen Welten euch schenken oder bringen, wahrzunehmen, *als euer Selbst*.

Und in einem ganz *feinen* Sinne dürfte ich so natürlich auch sagen, selbst in dem Schauen auf, zum Beispiel, *meine*

Liebe, schaust du noch *weg* von dir. Versteht ihr, was ich sagen möchte? (Mhm)

Es ist natürlich wunderbar, und letztlich ist es die Aufgabe unseres Seins, dass wir, eben, all das, was *ihr* seid, euch spiegeln. Darum ist es ja so, dass wir Geistigen Welten euch *durchaus spürbar* und manchmal mehr oder weniger deutlich die verschiedensten Qualitäten der göttlichen, geistigen Strömungen bringen, eben, wie die Liebe des Herzens, die Klarheit, Demut, Hingabe, all diese Qualitäten, die ihr *uns* zuschreibt.

Und ihr kennt das auch im Menschlichen. Es ist ja schon so, wenn ihr euch verliebt oder euch geliebt fühlt von einem Gegenüber, dann kennt ihr das auch, dass ihr das Gefühl habt, glücklich zu sein in der Liebe, die euch da entgegengebracht wird.

Der Mensch ist nun mal auf das *Du* orientiert, sei es im Menschlichen oder im Geistigen. Und, ist das nicht ein Phänomen, dass es euch mehr oder weniger leichtfällt, die wunderbaren Qualitäten im Gegenüber zu sehen, wenn sie euch entgegengebracht werden, sei es von Mensch oder geistiger Welt, - dass aber genau die *gleichen* Qualitäten in *euch* sind, in jedem Einzelnen, und dass in *dir* auf eine *besondere Weise deine* ursprünglichste Schwingung ja *da* ist, das ist ein Gedanke, den erlaubt ihr euch selten. Oder irre ich mich? (Zustimmung)

Denn schaut..., wie kann ich es ausdrücken? Wenn ich es in einem Weltlichen vergleichen dürfte, - jedoch bitte, hört das mit wertfreiem Herzen, - ist es ein bisschen so, als würde ich immer noch der gleiche Lehrer sein, immer noch, sozusagen, wohlbekannt seit Eintritt in die Schule, und dann waren, sozusagen, Ferien, eine neue Schulepoche beginnt, - der *gleiche* Lehrer wie immer steht auf einmal vor euch und

sagt: „Jetzt machen wir was *anders*.“ Und doch bleibt alles irgendwie gleich.

Kennt ihr diesen Wechsel von, sagen wir mal, naja, nach der Mittelstufe und der Oberstufe, oder von Grundschule zur Mittelstufe? Es ist irgendwie immer noch Schule, es ist alles ein Weg, und doch ist eine gewisse Veränderung.

Es ist nichts *Großes* und doch *Bedeutungsvolles*.

Wenn du mal in deinem Leben für dich schaust, auf deinem Weg, auf deinem spirituellen Weg, deinem geistigen Weg, dein Weg des Glaubens, wie immer du das nennen möchtest für dich, - wenn du in die Vergangenheit schaust, sei es die jüngere Vergangenheit bis gestern, sei es die ältere Vergangenheit über Jahre hinweg, - und wenn du einmal schaust mit dem Blick, dich zu fragen, recht einfach gefragt: Wo hast du die Liebe *gesucht*, und wo hast du sie *gefunden*? Wer hat für *dich* dir immer wieder die Liebe *gebracht*? Was hat das in dir *bewirkt*? Könnt ihr diese Frage verstehen? (Ja)

Was würdest du sagen: Ist es mehr noch ein Schauen, „es kam, auch wenn es segensreich, wunderbar ist, von außen auf mich zu, und das hat mir wohlgetan“, - oder war es mehr ein *Von-Innen*?

T: Es ist gerade ein Wechsel, dass dieser innere Anteil im Augenblick gerade größer wird, (S: Ja) und vorher war es zu neunzig Prozent außen.

S: Ja, - da hat jeder so sein eigenes Maß, nicht wahr? Wichtig ist, wertet das nicht, *jetzt*, - es ist hier und jetzt *keine* Bewertung in dem Innen und Außen.

Wisst ihr, wenn ich es einmal so vergleichen darf, ein kleines Kind braucht *unbedingt* die Hand der Mutter, des Vaters, also eine liebende, haltende Hand, um *überhaupt* stehen zu können.

Ein etwas älteres Kind braucht vielleicht diese Hand noch, um in bestimmten Gefahrensituationen einen liebevollen Halt zu haben. Dann kommt vielleicht sogar mal eine Phase, wo so ein junger Mensch sagt: „Weg, weg, weg, ich will gar keine Hand mehr. Ich will nur noch herausfinden, was ich alleine kann.“

Und dann kommt eine Phase, wo dieser junge Mensch weiß, ich kann vieles alleine, und es ist wunderbar, Hand zu halten, - wo es nicht mehr nur um *Gehalten-Werden* geht, sondern wo es tatsächlich auch um ein *Teilen* geht.

Und das ist jetzt in diesem Vergleich ein bisschen wie ein Nacheinander. Aber im Menschlichen, in der menschlich geistigen Entwicklung, auf einem spirituellen Weg, wechseln sich diese Phasen durchaus ab und doch geschieht auch eine *Reifung*.

Wenn wir geistigen Freunde, die euch immer auch weiterhin begleiten, wenn der Dienst darin war, euch dann, wenn es schwierig wurde, gute Begleitung zu sein, wenn wir Inspiration sein konnten, wenn wir immer weiter spiegeln durften, was ihr in Wahrheit seid, dann ist das ein wunderbarer Dienst und ein wunderbares Geschenk auch an uns gewesen. Das bedeutet aber nicht, dass die Präsenz, die wir sind, nicht weiter Präsenz wäre oder ganz und gar, eben, nicht bliebe.

Wichtig ist jedoch, in der eigenen geistigen Entwicklung sich wirklich immer wieder auch darauf zu besinnen, wer oder was oder wie du wahrhaftig bist, immer wieder sich auch darauf zu besinnen, *deine* Schwingung zu fühlen.

Denn, natürlich, wie soll ich sagen, solange ein Mensch, - ich spreche jetzt allgemein, - solange ein Mensch in sich in seinen menschlichen Gefühlen, in den menschlichen vielleicht auch Verletztheiten, menschlichen Dunkelheiten, auch menschlichen Freuden einfach sich darin sehr

verankert fühlt, manchmal gefangen fühlt, - ist es die Liebe des Geistigen, des Göttlichen, die Liebe des Großen, die hilft, Heilung zu öffnen, Transformation zu gestalten. Dann braucht es sozusagen auch diese Liebe, die ihr ruft, um dass Wandlung geschieht.

Gleichzeitig, und das ist das Wunderbare, - das geschieht ja immer, in jedem Moment von Anfang an, man könnte sozusagen sagen, - die Geistige Welt und die Seele, die Wesenheit im Menschen arbeiten sowieso zusammen in jedem heilenden oder transformatorischen Prozess.

Wenn du sagst, zum Beispiel, wenn ein Mensch sagt: „Ich war bei einem Heiler, und dieser Heiler hat mich geheilt“, dann stimmt das nur zur Hälfte. Es war die heilende Kraft, die *durch* diesen Heiler floss, natürlich, aber es war auch deine *Wesenheit*.

Das ist das, was Jesus im Grund schon sagte: „Wer vertraut, kann geheilt werden.“ Versteht ihr? Das war im Grunde die Macht des Geschehens. In all den Geschichten, die ihr kennt, - und es spielt auch wiederum dabei keine Rolle, sind sie so geschehen oder sind es Gleichnisse, - Wahrheit darin ist, es war der *Glaube*, es war das tiefe Vertrauen, natürlich, in diesen Menschen Jesus. Aber wer ist denn das tiefe Vertrauen? Es ist wie die Seele, die sich dann dieser Liebe entgegenstreckt. Könnt ihr mir folgen? (Mhm)

Es ist wie in der Natur. Die Sonne *alleine* lässt die Blüte nicht erblühen. Es ist die Schwingung der Blüte, die sich der Sonne entgegenstreckt. Versteht ihr?

Und das ist dann wie, als würde die Liebe, die kommt und die Liebe, die ihr seid, sich aufeinander ausrichten, und dazwischen, sozusagen, ist das, was Heilung, Nahrung, Transformation möchte. Könnt ihr mir folgen? (Mhm)

Das ist das, was vom ersten Moment an geschehen ist. Vom ersten Augenblick, - wenn du dich erinnerst, was dein erster erinnerter Moment ist, wo du dich bewusst der Liebe ausgerichtet hast, wo *du* dich, sozusagen, ins Größere hin zugewandt hast, - in diesem Augenblick, das war der erste Moment, wo du sagen kannst, da ist genau *das* geschehen: Die Seele, deine Seele und das Göttliche, die Liebe, wie immer du es nennen möchtest, hat sich sozusagen zugewandt, einander zugewandt.

Ist das nicht wunderbar? (Mhm)

Und schaut, wenn ein Mensch geboren wird, ich habe es ja schon oft gesagt, und wenn ihr euch besinnt auf Neugeborene, in der Regel mit etwas feinem Gefühl kann jeder Mensch spüren, wenn er dieses Kindlein im Arm hält, dann hält er einen *kleinen* Körper im Arm, aber ein recht großes Feld. Ihr wisst, was ich meine.

Und es ist wie eine Atmosphäre, die diesen kleinen Körper umgibt. Das ist die Schwingung der Seele, die sich da gerade inkarniert. Und, man kann es manchmal ahnen, dass die Größe, die Kraft, die Dichte, die Macht der Seele gar nicht in diesen kleinen Körper passt, nicht wahr, sondern das ist tatsächlich mehr ein Umhüllen als ein Darin-Sein ist.

Und im Werden des Menschlichen, im Werden der Persönlichkeit ist es nun mal so, dass die Werdung des Persönlichen im Vordergrund steht, - und dass mehr und mehr erst einmal ein wenig das seelische Schwingen sich wie in den Kern der Zellen zurückzieht.

Und wenn ihr das menschliche Werden betrachtet, dann könnt ihr sehen: Wenn natürlich Schwieriges geschehen ist, dann hat das eine starke Präsenz, einen starken Einfluss auf das persönliche Werden. Aber auch, wenn alles ganz harmonisch und eben in der Persönlichkeitsentwicklung verläuft..., schaut auf einen Menschen und ihr werdet



sehen: Da ist eine wichtige durchaus lange Phase der persönlichen Ich-Werdung, der Identifikation, im Grunde mit der Frage: Wer bin denn *ich* als Mensch, versteht ihr?

Wer bin *ich* als dieser Körper, als Mensch, als Junge, als Mädchen, als Mann, als Frau? *Wer bin denn ich?* Und dieses *Ich* bezieht sich stark auf das Menschliche, und das ist wichtig und richtig, denn eine im menschlichen Sinne starke, selbstbewusste Persönlichkeit kann durchaus ein Leben recht gut leben. Also seid froh und dankbar um eure Ich-Werdung in eurer Person, auch, wenn ihr späterhin das Gefühl habt, - und ich denke, ich spreche euch aus dem menschlichen Herzen, - dass dieses *Ich*, dieses menschliche Ich, euch manchmal im Wege steht auf eurem geistigen Pfad, nicht wahr?

Und doch will ich euch genau in dieser Zeit sagen: Seid sehr dankbar, denn alle, die ihr hier seid und auch darüber hinaus, ihr seid *weit* möglich gesund in eurer Persönlichkeit. Das ist in dieser Welt auch ein sehr hohes Gut.

Und, wenn da gesprochen wird von Ego, von Persönlichkeit und all diesen eben menschlichen Aspekten, dann ist es unbedingt wichtig, dass ihr es nicht als das Schlechtere betrachtet.

Ich weiß, ihr lieben Freunde, gerade, wer auch einen geistigen oder spirituellen Weg oder einen Weg des Glaubens geht, der ist durchaus dazu geneigt zu sagen: „Das Menschliche, naja, - aber das *Geistige* ist wunderbar.“

Selbst in eurem Kollektiv, gleich in welcher Glaubensrichtung..., die einen sagen, der Mensch sei ein Sünder, andere sagen, das Menschliche sei sowieso nicht von Wert, das wahre Paradies ist erst nach dem Tod. Alles ist durchaus, ich sage es etwas überdeutlich, durchaus

persönlichkeitsfeindlich. Versteht ihr, was ich sage? Könnt ihr es mit eurem Herzen hören? (Mhm)

Und mit der *eigenen* Persönlichkeit nicht in Frieden zu sein, sie zu bewerten, zu sagen: „Naja, ich nehm sie eben hin, aber eigentlich...“, das ist ja schon Bewertung, das ist, als würdet ihr die Tür zu eurer Seele zuschlagen. Denn die *Seele*, die du bist, die ist ja genau Liebe, Frieden, Freude, Fülle. Es gibt so viele Worte für die einzelnen Nuancen der Seelenschwingung. Das *Selbst*, das du bist, die *Wesenheit*, die ist, ja, ich sage es vereinfacht, *Liebe*.

Und diese Liebe umhüllt, durchflutet, - anders gesagt, ist in jeder Zelle deines Seins, deines Körpers enthalten. Denn wenn diese Schwingung nicht da wäre, würdest du nicht leben als Mensch. Versteht ihr?

Und so, darf ich doch im Grunde sagen, ist ja Selbstliebe vielleicht etwas ganz anderes, als du bisher dachtest.

Wenn du bisher von Selbstliebe gesprochen hast, hast du vielleicht gedacht, naja, es sollte mir doch nun endlich mal gelingen, dass ich in den Spiegel schaue und zu mir selbst sage: „Nun, meine Gute, nun, mein Guter, ich mag dich“, und es will mir einfach nicht gelingen. „Es gibt dieses und jenes, was ich an meinem Körper nicht mag. Es gibt dieses und jenes, was ich an meinem Sein, meinem Verhalten, nicht mag. Es gibt das eine und andere, was ich gerne anders hätte, und es gelingt mir nicht.“ Das spricht die Persönlichkeit.

Wenn du der Persönlichkeit in dir sagst: „Liebe Persönlichkeit, fang mal an dich zu lieben.“, dann wirst du vor allem ein großes Fragezeichen in dir kreieren. Das kennst du, nicht wahr?

Wenn du dir jetzt aber wirklich bewusst machst, das Wesen, welches du bist, ja die Seele, die du bist, das Selbst, welches du bist, ist im Kern Liebe, Frieden, wie immer deine

besondere Schwingung ist, - und es ist die Liebe deines Selbstes, die dich, Persönlichkeit, liebt. Ist das nicht wunderbar?

Und, wisst ihr, es ist schon wahr, wie im Menschlichen auch, eine erklärte Paarbeziehung müssen zwei aussprechen. Heiraten könnt ihr nur, wenn beide *Ja* vor dem Altar sagen. Aber die Liebe, die braucht das *Ja* des anderen nicht. Die Liebe ist.

Ob du als Persönlichkeit, - und ich spreche jetzt im Grunde zur allgemeinen Menschheit, - also, ob ein Mensch in seiner Persönlichkeit sich seiner Seele bewusst ist oder nicht, ob er vielleicht sogar so weit geht und sagt: „Ha, alles papperlapapp. Ich bin Mensch, und ich hab irgendwann angefangen zu atmen, irgendwann höre ich auf zu atmen, und da ist nichts davor, nichts dazwischen und nichts danach. Das ist einfach Biologie.“ - selbst ein Mensch, der so denkt, der also auf seiner menschlichen Ebene, sozusagen, keinerlei Beziehung hat, noch nicht einmal *gedacht* eine Beziehung mit seiner Seele, seinem Selbst eingeht, - das ändert doch nichts an der Liebe des Selbstes zu diesem Menschen.

So lange die Seele will, lebt der Mensch, so ist das.

Und ist das nicht ein wunderbarer Gedanke, dass du zu dir schauen kannst und dir vielleicht, eben, dir wirklich noch einmal ganz und gar bewusst machen kannst: Es ist nicht nur Gott, die göttliche Liebe, die mich liebt, egal, wie ich bin und was ich tue. Es ist nicht nur die geistige Welt, die mich, auch wenn ich es nicht verstehen kann, liebt, egal, wer ich bin und was ich tue. Wenn du sogar sagen kannst: Es ist mein *Selbst*, dieses tief Innerste in mir, was mir, meiner Persönlichkeit, meinem Mensch-Sein *ununterbrochen* in Liebe und Bejahung zugewandt ist.

Ist das nicht ein wunderbarer Gedanke, dass die Selbstliebe nicht etwas ist, was du lernen musst und dir irgendwie erobern musst und manchmal schon Bedenken hast, es nicht zu schaffen in einem Leben?

Sondern wenn du dir ganz klar machst: Die Selbst-Liebe, die Liebe meines Selbstes, sie *war* immer da, sie *ist* immer da und sie *wird immer da sein*. Einfach weil ich bin.

Ist es nicht ein ganz wunderbarer Gedanke? (Mhm)

T: Ist es ein Unterschied, in diesem Bild, wie du es jetzt beschrieben hast, zu dem, wenn ich sagen würde: Dieser göttliche Kern, der göttliche Funke in mir, das ist das, was mich liebt, was mich einhüllt. Ist es einfach ein anderes Bild, oder ist es nochmal ein Unterschied?

S: Es ist beides. Ich will es dir gerne erklären. Ich mach es einmal von der anderen Seite. Der göttliche Funke ist ja, - eben, wieder, diesen Vergleich kennt ihr, - ist wie der Tropfen, der sich aus dem Ozean herausschält, und in dem Moment, wo er wieder hineingeht, ist es ein vollkommenes Verschmelzen. Dieser göttliche Tropfen, sozusagen, ist noch gar kein Ich. Es ist einfach die göttliche Liebe, ein Tropfen, wie ein Tropfen Wasser.

Und dann fängt, sozusagen, dieser Tropfen Wasser an, Erfahrungen zu machen, also, ein Ich-Bewusstsein, eine Individualisierung in der Liebe geschieht. Das nenne ich *Wesenheit* oder *Selbst*.

Und dieses Selbst macht dann Erfahrungen. Diese Erfahrungen sind dann eben auch eine Art Identifikationen oder Weisheitssammlungen. Das nenne ich dann *Seelenkleid*.

Und, das ist im Grunde nicht zu trennen, aber es sind verschiedene Erfahrungs- oder Bewusstseinsstufen.

Und selbst, wenn eine Seele, sagen wir mal, ein Kleid trägt, also, wenn das Seelenkleid voller schmerzlicher, dunkler, angstvoller, aggressiver Identifikationen wäre, selbst, wenn es, mal so extrem zu sprechen, so wäre, - in dieser Seele ist natürlich die Schwingung des Selbstes und die Schwingung des Göttlichen. Könnt ihr mir noch folgen? (Mhm)

Und, manchmal ist das so, dass ein Mensch..., und hört das *wertfrei* mit großem, *bedingungslosem liebendem* Herzen, - manchmal seht ihr das sogar in der Welt, dass ihr nicht nur einem Menschen begegnet, wo ihr das Gefühl habt: „Oh, dieser Mensch hat wohl viel Schwieriges erlebt.“, sondern manchmal erlebt ihr vielleicht, dass ihr diesen Menschen anschaut und habt das Gefühl: „Oh, dieser Seele will ich noch nicht mal im Dunkeln begegnen.“

Könnt ihr mir folgen? (Ja)

Das ist aus meiner Sicht ein unbedingter Grund, noch mehr Liebe hinzugeben. Aber ich verstehe natürlich, wenn in der Ebene, der wir leben, auf der gleichen Ebene, vielleicht so etwas ist wie: „Oh, da habe ich eher einen Schrecken, ein Gefühl, ein Bedürfnis, mich zu distanzieren.“

Das heißt, da ist auch eine Seele, die in sich, ich nenne es einfach mal, viel Schmerz trägt. Da ist das so, dass es wie ein..., wie soll ich sagen, es gilt genau das Gleiche, natürlich, die *Selbst-Liebe* richtet sich auch ganz und gar auf die Seele *und* auf die Persönlichkeit. Aber dann ist es zeitlich betrachtet einfach ein etwas längerer Heilungsprozess. Drücken wir es mal so aus.

Und dann gibt es aber auch Seelen, die *vielen* Erfahrungen gemacht haben, die viel, all ihre Seelenerfahrungen, verbunden haben mit der Liebe, die viel Weisheit angesammelt haben, die im Grunde, wie soll ich sagen, mehr oder minder das Gefühl haben: „Naja, es gibt nicht

mehr so viel, was ich nicht kenne“, die aber insgesamt bis in die Seele hinein damit auch in Frieden sind.

Es gibt dann vielleicht noch die eine oder andere kleinere oder größere Identifikation, aus alter Erfahrung, Angstverhaftung, die dann in diesem Leben noch Befriedung und Heilung finden will. Aber alles in allem spürt der Mensch dann: „Ach ja, tief innen bin ich ja wohlwollend oder in Liebe.“

Es ist schwierig, es in Worte auszudrücken, aber ich meine, ihr versteht, was ich zeichnen möchte.

Daher, mein Kind, zu deiner Frage, es ist schon richtig, wenn du sagst, es ist auf eine Art das Gleiche wie der göttliche Funke. Aber schau, wenn du sagst, „Gott liebt mich“, also du, ich spreche an deiner Stelle. Wenn du sagst: „Gott liebt mich.“ oder du sagst: „Sananda liebt mich.“ Welches ist dir leichter fühlbar?

T: Fühlbar ist mir natürlich leichter, dass Sananda mich liebt, (S: Genau) weil Gott so unfassbar ist, (S: Genau) oder das, was wir als Gott benennen.

S: Ganz genau. Und wenn du das einmal in Bezug setzt in die Spiegelbildlichkeit und sagst: „Der göttliche Funke in mir liebt mich“, oder du sagst: „Mein Selbst, meine Seele liebt mich Mensch.“ Was ist dir fühlbarer?

T: Da ist für mich sogar der göttliche Funken fühlbarer, weil die Seele, dieser Begriff *Seele*, so unterschiedlich besetzt ist, da ist für mich sozusagen die Definition, was ist für mich die Seele.

S: Was ist denn für dich die Seele?

T: Es ist ein innerer Anteil von mir, den ich aber nicht genau erklären kann.

S: Ja. - Wenn du vorhin sagtest, du spürst Freude und Dankbarkeit. Das ist deine Schwingung, die du spürst, nicht

wahr? (Mhm) Könntest du dir vorstellen, dass das die Schwingung deines Selbstes ist? (T: Ja)

Ja. - Das ist es ja, der göttliche Funke ist in *jedem* Menschen, *ausnahmslos*. Und in *jedem* Menschen ist er *gleich*, versteht ihr? (Mhm)

Der Göttliche, das ist wie, wie soll ich das ausdrücken..., einmal ganz einfach gesagt, der Salzgehalt im Meer ist der gleiche wie im Meerestropfen. Da gibt es keinen Unterschied. Das ist in *allen Menschen gleich*. Das ist die *Einheit allen Lebens*.

Und ja, ihr könntet, oder ein Mensch oder wie auch immer, ein Wesen kann auch sagen: „Mehr interessiert mich nicht. Das ist das Einzige, was mich interessiert, das ist das Einzige, was ich anstrebe, das ist das Einzige, was ich spüren will: Die *Einheit allen Seins*.“

Ein wunderbarer Weg, mein Kind, und doch ist es, wie es ist. Es gibt die Individualität wie in der Pflanzenwelt. Schaut euch doch an, nicht einer gleicht dem anderen. Es gibt Ähnlichkeiten, und so ist es letztlich auch in deiner *inwendigsten Schwingung*. Das ist einfach so. Die eine Seele, das eine Selbst, hat..., es ist verwirrend, ich verstehe das gut. Bei der Seele ist es wieder so, ich müsste genau genommen sagen, das *eine* Seelenkleid sieht so aus, das *andere* so. Das hat aber viel mit den jeweiligen Erfahrungen zu tun.

Das Selbst darin, die Schwingung, die du bist, *ist sehr individuell*. Selbst, wenn ihr alle sagt: „Wir bestehen alle aus rot, grün, gelb, blau“, - und es ist doch in jedem ganz individuell gemischt. So ist das. Bei einem ist die eine Nuance stärker als die andere. Und so ist das, die einen haben, sozusagen, eine starke Klarheit, der nächste eine Feinheit, eine umhüllende Stille, der nächste ist einfach

grundlegend in Hingabe, ein anderer ist vor allem mal feurig im göttlichen Sinne. Also, es gibt so viele individuelle Nuancen.

Aber im Kern, im Ursprung, in der Mitte, im Herzen, wie immer ihr es nennen wollt, ist natürlich alles gleich.

Warum spreche ich auch davon gerade auch hier in eurem Kreise?

Letztlich geht es ja auch darum..., wie kann ich das ausdrücken, - ein geistiger Weg, spiritueller Weg, ist ja lange Zeit durchaus auch eine Art Suche, ein Lernen-Wollen, ein, sozusagen, Von-Außen-Hineinnehmen, um dass dadurch etwas Gutes geschieht. Ganz wunderbar.

Aber wie das so ist, nicht wahr, in den Unendlichkeiten oder im Kreis: Es gibt immer das eine und dann wieder das andere. Es ist der eine Kreis, dann kreuzt es sich, dann ist der andere Kreis. Egal, welches wichtige Zeichen der Ganzheit ihr nehmt. Es will auch immer das *andere* geschehen. Das heißt, und das ist ja das, womit ihr durchaus längst beschäftigt seid, dieses: „Was kann ich, sozusagen, finden, was kann ich schauen, was kann ich hineinnehmen, dass es in mir irgendwie etwas in mir erweckt und heilt und hervorbringt“, - und dann auch wieder die Frage: „Was habe ich zu geben? Was *bewirke* ich? Wer *bin* ich? Was *strahle* ich aus? Was...“. Versteht ihr?

Das Eine ist Hineinnehmen, der *Ein*-Atem. Das Andere ist herausgeben, der *Aus*-Atem.

Und, wie sehr bist du dir bewusst, was du allein durch dein Dasein in diese Welt gibst?

Bist du dir wirklich *bewusst*, dass du eine *ganz wunderbare* Schwingung bist, dass, ich sage es ganz freundlich und ein



bisschen frech, dass, wenn du *still* bist, du eine ganz *wunderbare*, ganz *ursprünglich*, ganz *eigene* Ausstrahlung hast?

Ich kann es auch in meiner alten Sprache sagen und kann sagen: Wer Gott sucht und findet, kommt um sich selbst nicht drum herum. (Lachen)

Wer sich selbst sucht und findet, kommt um Gott nicht herum.

Das ist es ja, prüf für dich, wie viel Gewichtung hast du auf all den liebenden Welten, die *wir* sind, auf Meister, Lehrer, Menschen, die für dich vielleicht den Ausdruck des göttlichen verkörpern, auf Gott, wie viel Gewichtung hast du auf *der* Seite der Waage? Versteht ihr?

Ist das im Gleichgewicht?

Bist du, wenn du auf dich schaust, - und ich spreche da nicht von deiner Persönlichkeit, mir ist schon klar, und das ehrt dich ja sogar, dass du deine *Persönlichkeit*, eben, nicht gleichsetzt, - aber bist du dir bewusst, dass das, was du bist, die Schwingung, die du bist, das *tiefe* Ich, welches du bist, die *Strömung*, die du bist, dass die genauso, genauso, eben, wertvoll, wunderbar, gebend ist, wie du es dem Anderen zuschreibst? (Mhm)

Und ja, Worte und Bezeichnungen sind unglaublich verwirrend: Die Seele, das Selbst, die Wesenheit, das *höhere* Selbst, das Herz, der göttliche Funke, das Ego, die Menschlichkeit, die Persönlichkeit, das innere Ich, das äußere Ich, das menschliche Ich.... Ist das nicht..., ja, was ist es? Bunt, vielfältig, ja, und oft verwirrend.

Und genau genommen, im Christlichen ist es gut ausgedrückt: Die Dreifaltigkeit - der Vater, der Sohn, der Heilige Geist, - Gott, der Mensch und das Selbst, die Geistigkeit, - *diese* Dreiheit könnt ihr auf alles beziehen.