

Sonderausgabe - Band 4

# Schulung des Herzens und des Bewusstseins

Sananda Inspirationen

Corona Krise



## **Inhaltsverzeichnis**

---

Vorwort zur Sonderausgabe

Vorwort der Autorin

Vorwort des Herausgebers

Raphael: Die letzte Angst

Sananda, Raphael, Michael: Im Licht des eigenen Seins

Osterbotschaft

Sananda, Raphael, Michael, Maria: Bewusstseinswandel

Sananda, Maria: Hingabe an die Kraft in dir

Das Feld des liebenden Bewusstseins

Selbstermächtigung

Die Macht des Selbstes

Vertrauen

Ich Wesenheit

*Zur Person*

## **Vorwort zur Sonderausgabe**

Während des Jahres 2021 wurde immer deutlicher sichtbar, dass wir nicht nur in einer gesundheitlichen Krise stecken, sondern vielmehr unser gesamtes Leben betroffen ist.

Alle Aspekte, welche uns als Mensch ausmachen, - geistig, sozial, rechtlich und wirtschaftlich, - sind auf eine harte Probe gestellt worden, die zur Zeit noch anhält.

Es steht zu erwarten, dass wir das ganze Ausmaß des Geschehens erst in Zukunft erkennen.

Und dabei bleibt es wahr, dass unser Jetzt unsere Zukunft kreiert!

Umso wichtiger und wertvoller empfinde ich die entschiedene Ausrichtung auf unser geistiges, spirituelles Sein. Spiritualität nicht als Fluchtweg aus einer Misere heraus, sondern als unbedingte Kraft inmitten des Augenblicks.

Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass es nicht immer so leicht ist, in den Untiefen des Alltagslebens den inneren Zugang zur eigenen Herzvollen Präsenz zu wahren, geschweige denn inmitten des Sturmes als ruhiger Leuchtturm zu stehen.

Und doch scheint mir darin eine Aufgabe zu liegen: Entweder selbst solch ein strahlender Ruhepol zu sein oder ein Mensch zu sein, der sich entschieden darauf ausrichtet.

Denn am Ende ist es unsere geistige Haltung, die unser Leben bestimmt.

In dieser Ausgabe der „Sananda Inspirationen“ werden wir von unterschiedlichsten Bewusstseinsquellen genau darin

unterstützt.

Die Worte wollen uns helfen, uns als SELBSTERMÄCHTIGTE Menschen und Lichtvolle Wesen zu erfassen. Sie wollen uns durch ihre Schwingung in der eigenen Schwingung erhöhen, um leichter in den manchmal von Nebel verhangenen Wogen des Lebens zu navigieren.

Du bist also eingeladen, Dich nicht „nur“ auf die Inhalte der Texte auszurichten, sondern Dich unbedingt auch ihrer Schwingung hinzugeben. Vielleicht magst Du ja die jeweils sprechende Bewusstseinsquelle, während Du liest, einladen, so dass Du in „lesende Meditation“ gehst und möglicherweise die heilende und kräftigende Wirkung der Inspirationen spürst...

Ich wünsche Dir und uns allen ein gesegnetes Leben und mögen wir alle im LICHTe unserer Seele leben.

Von Herzen

Heike Stuckert

## **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 30 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 „gefühlte“ 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**

Vor ca. 15 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 10 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 weitere besondere Freude ist es mir natürlich, hier den weiteren Sonderband zur Corona-Krise präsentieren zu können.

Bisher veröffentlichte „Sananda Inspirationen“-Bücher:

- „Schulung des Herzens - Sananda Inspirationen“ Band 1, 2, 3, 4
- „Schulung des Bewusstseins - Sananda Inspirationen“ Band 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7
- „Schulung des Herzens und des Bewusstseins - Sananda Inspirationen - Corona Krise“ Band 1, 2 und 3

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

## **Raphael: Die letzte Angst**

---

Ich begrüße und segne euch, meine geliebten Freunde. Ich bin Raphael. Ich freue mich und danke, um dass ich auf diese Weise zu euch sprechen darf.

Nun, ihr lieben Freunde, die erste Frage, die ich euch tatsächlich fragen möchte, auch wenn ich eurer Antwort durchaus mir bewusst bin, möchte ich diese Frage in den Raum hineingeben: *Seht* ihr denn *das Licht*, welches euch umgibt?

Aus meiner Sicht, ihr lieben Freunde, ist es stärker als zu manch anderer Zeit.

Vielleicht habt ihr es bemerkt, dass tatsächlich sogar in eurem irdischsten Sinne, sobald Sonnentage sind, sie ein wenig heller sind, als ihr es gewohnt seid. Aus geistiger Sicht umgibt euch zurzeit, seit einiger Zeit schon, eine *große* Helligkeit und Klarheit, eine Lichtheit.

Und nun könnt ihr zurecht fragen: Wie kann das denn sein, dass es in dieser Lichtheit, in dieser Helligkeit, so viel wenig Helles gibt.

Nun, ihr lieben Freunde, das ist genau das Wesen des Geschehens. Das ist letztlich etwas, was immer wieder geschieht. Es geschieht in dir jeden Tag, Zeit deines Lebens, auch in anderen Zeiten vor deiner Lebenszeit, in anderen Generationen.

Es ist nun einmal eine Tatsache: Wenn die Liebe strahlt, und wer von der Liebe angestrahlt wird, der erlebt seine eigenen Schatten. Anders ausgedrückt, in Gesellschaft einer

Leichtigkeit kann zweierlei geschehen, dass du dir entweder deiner eigenen Leichtigkeit bewusst wirst, oder du wirst dir deiner Schwere bewusst.

In der Gesellschaft von Vertrauen, ist es genauso. Entweder dein Vertrauen geht in Resonanz mit dem Vertrauen oder dein Zweifel, dein Misstrauen, deine innere Schwere wird deutlich sichtbar. Und so gilt das für jeden Menschen.

Vielleicht hast du es selbst schon einmal bemerkt, dass du in Gesellschaft eines vielleicht sehr fein schwingenden Menschen dir deiner eigenen Grobstofflichkeit bewusst wirst. Und so weiter. Es gibt so viele Polaritäten, die ich benennen kann. Und genau das ist das Wichtige. Denn so verstehst du, was auch um dich herum geschieht.

Oft wurde euch davon gesprochen, dass ihr kollektiv in diesem großen Bewusstseinswandel von dem Bewusstsein der Angst in das Bewusstsein der Liebe hineinwächst. Das ist ein evolutionäres Geschehen, ein jahrtausendaltes Bewusstsein der Angst, wie eine große Blüte, hat sie ihre große Blütezeit hinter sich gebracht, diese Blüte des Angstbewusstseins ist im Verblühen begriffen.

Und wenn ihr einmal genau schaut, wenn ihr euch eine Blume betrachtet, manchmal ist sie *im* Verwelken noch einmal wunderschön oder zeigt ganz ausgeprägt ihre Art und Weise.

Nun, ich merke das schon, dass es in euch eine Fragwürdigkeit berührt, wenn ich sage, die Blüte der Angst sei wunderschön. Aus geistiger Sicht, ihr lieben Freunde, ist alles, was das Leben hervorbringt eine Schönheit. Alleine das ist eine Aussage, über die ein Mensch unter Umständen so manches Jahr meditieren kann.

Das muss jetzt nicht euer wichtigster Fokus sein.

Was hilfreich ist, ist zu verstehen, dass es die Liebe ist, die all das hervorbringt, was ihr gerade als durchaus unangenehm empfindet. Denn so ist das. Wenn die Sonne *stark* scheint, steigen all die ungesehenen Schwingungen, Gefühle auf, wie ein Nebel. Alles wird sichtbar und in diesem Sichtbar-Werden gibt es die Phase, eben, des Nebels, in diesem Bilde gesprochen. So als würdet ihr die ganzen Feuchtigkeitsdämpfe aus der Erde herauslocken durch die Kraft der Sonne. Und es braucht seine Zeit, bis all das aufsteigt und heilt.

Das ist der Grund, ihr lieben Freunde, warum es aus unserer geistigen Sicht ein Wunsch und Anliegen ist, euch noch einmal, immer wieder aufs Neue, auf die heilende Kraft der Liebe zu besinnen.

Heilung bedeutet ja eben nicht, dass etwas weg ist, weil es unangenehm ist. Heilung bedeutet einfach, dass es das, was da ist, mit Liebe durchdringt, mit Liebe bescheint, die Möglichkeit gibt, es *in* der Liebe *durch* die Kraft der Liebe aufzulösen.

Und natürlich ist solch eine Zeit eine Zeit, in der die Polaritäten deutlich, sehr deutlich zum Vorschein kommen, in dem alles, alles, was da ist, Ausdruck findet. Wir alle sind uns bewusst, es ist durchaus nicht nur eine leichte Zeit.

Gleichzeitig, ihr lieben Freunde, ist es tatsächlich auch eine Leichtigkeit in dieser Zeit, in die *eigene* Liebe, in das *eigene* Vertrauen, all das, was ihr mit eurer Tiefe, eurer Geistigkeit verbindet, dahinein zu tauchen. Denn bedenkt das: Es ist eine Zeit, in der du in großer Resonanz gehen kannst mit der Lichtheit, ich drücke es weiterhin so aus.

Und eben, nicht nur die, die dich umgibt, sondern die dadurch in dir fühlbar wird. Das ist ja Resonanz. Du spürst *in dir* was auch *dich* berührt. Und diese Wahl, die hast du in

dieser Zeit, wie du sie immer hast, und doch ist sie in dieser Zeit auf ganz besondere Weise kraftvoll und stark in dir. Denn auch du wirst in dir bemerken, dass Ängste auftauchen, dass vielleicht Schmerzen entstehen, dass alte Gefühle oder Gefühle, die du gar nicht recht zuordnen kannst, in dir auftauchen.

Dann weißt du, das ist wie ein Nebel, der gerade aufsteigt, und *du* kannst *frei wählen*, gehst du in *entschiedener* Resonanz mit der Liebe, die all das, was aufsteigt in sich aufnimmt und Heilung schenkt, oder gehst du in Resonanz mit den Ängsten, und was immer du damit verbindest.

Wie kann ich das wiederum in Worte kleiden?

Wenn du in diese Welt schaust, wenn du zu anderen Menschen schaust, und du siehst in ihnen ein Verhalten, welches in dir Ängste berührt, dann weißt du, dass das Verhalten aus Angst geboren ist und dass es eine Angst in dir berührt, das fühlst du.

Was du heilen kannst ist die Angst *in dir*, das ist der *erste* wichtige Schritt. Und natürlich kannst du auch beitragen, indem du in diese Welt mit den Augen der Liebe, so gut dir das möglich ist, schaust.

Der erste und sehr wichtige Schritt aber ist, dass du dir wirklich bewusst machst, „ich kann nur mit Angst auf etwas reagieren, was auch *dort* irgendwo einen Ursprung in der Angst hat“.

Warum ist das wichtig, da ihr euch doch immer wieder euch übt und lernt, eben nicht so sehr nach *dort* zu schauen. Es ist deshalb wichtig, weil du, indem du dir dessen bewusst bist, du deine eigenen Ängste, wie kann ich das sagen, nicht zu sehr anzweifelst, dich nicht dafür schimpfst, sondern genau *dadurch* im Grunde erkennen kannst, „wenn es in *mir* noch Angst auslöst, dann ist in mir noch etwas, was *geheilt*

sein möchte“, und „wenn es in mir in eine Neutralität gekommen ist, hab ich die Möglichkeit genau auch dorthin das offene Bewusstsein der Heilung zu geben“.

Könnt ihr das verstehen?

Ihr dürft es auch sehr vereinfachen, im Grunde wie ihr es letztlich kennt, dass ihr sagt, „was immer ich in *mir* wahrnehme, das möchte ich zuerst einmal in der Liebe *aufgehoben* wissen, das möchte ich zuerst einmal der *Heilung* darbieten“.

Gleichzeitig ist jedoch das Wissen, dass alles, was Angst *in dir* berührt, auch aus der Angst im anderen geboren ist, deswegen wichtig, weil der Mensch dazu neigt, sich mit dem zu *identifizieren*, was er fühlt.

Und ihr seid fühlende Wesen, ihr seid geistige Wesen in einem menschlichen Körper, und damit seid ihr fühlende Wesen, und ihr fühlt *alles*, ihr fühlt *alles* auch um euch herum.

Und *daher* ist es wichtig..., wie soll ich sagen? Natürlich gibt es dieses Risiko, dass ein Mensch sagt, „ah, das ist mir unangenehm, das sind die Ängste von *dort*, das sind nicht meine“. Aber ihr alle kennt das, dass das zu keiner stillen, ruhigen, gelassenen Stimmung führt. Und das ist das Maß.

Wenn du noch nicht in einer inneren Neutralität die Ängste, Unruhen der anderen spüren kannst, dann ist noch etwas in Resonanz mit dir selbst, - und die Heilung im Sinne der Neutralität möchte noch *in dir* sein, in deinem ganz eigenen seelischen, geistigen, familiären Kollektiv. Erst dann kann es über dich hinaus erblühen.

Und noch etwas ist wichtig. Wie kann ich *das* in Worte fassen?

Ich will es euch in..., entschuldigt dieses doch traurige Bild, ich will es euch wie in einem Kriegsszenario beschreiben. Und es ist eine Beschreibung eurer Vergangenheit, und ihr alle, die diesen Worten jetzt lauscht, dürft und könnt in eurem Herzen dankbar sein, dass ihr es in dieser Weise nie erleben musstet, nicht erlebt und, das darf ich sicherlich sagen, auch nicht erleben werdet.

Aber ich will euch etwas beschreiben. In manchem tatsächlichen Krieg, wo viele Menschen nah beieinander waren in *großer* Gefahr und *sehr großer* Angst, da hat sich ja nicht nur die Angst in den Herzen ausgebreitet und in Körpern. Die Angst wurde ja wie das Feld, das diese Menschen gemeinsam geteilt haben. Und wenn in diesem gemeinsamen angstvollen Feld, schreckensvollen Feld der tödliche Schuss fiel und ein Mensch physisch gestorben ist, dann ist es oft passiert, dass auch das geistige Bewusstsein wie in diesem Angstfeld gefangen war.

Und so war es, entschuldigt dieses schreckliche Bild, so ist es nicht nur ein „viele Körper, die da leblos auf einem Feld liegen“, sondern auch wie eine Seelengemeinschaft, die durchaus in solcher grauen Dunkelheit, ja ich möchte fast sagen, gefangen sein kann.

In dem gleichen Bild aber, wenn ein Mensch, eine Seele, bei *aller* Angst in sich die Kraft hatte zu sagen, „egal, was ich hier für eine Angst erlebe, es gibt in mir und um all das herum ein Licht“, dann hat diese Seele im Moment des physischen Todes wie einen Ausgang gefunden durch all diesen Nebelkreis.

Und das Wunderbare darin ist, dass jede Seele, die durch solche eine Art *helles Fenster* gehen konnte im Bewusstsein, sie hat viele, viele mitgenommen. Denn so ist das, das ist wie ein Lichtfunke in einer Dunkelheit, das ist wie eine

Kerzenflamme in der Dunkelheit, wie ein Glühwürmchen in einer dunklen Nacht.

Und ihr kennt das, wenn ihr in Dunkelheit seid, dann ist selbst das kleine Licht einer Kerze eine Erlösung, eine Orientierung, eine Hilfe, den eigenen Weg zu finden. Deswegen ist es wichtig, die Angst vor der Angst der anderen zu verlieren.

Und das ist ja letztlich der tiefste Punkt, - selbst wenn du in dir all deine ganz eigenen persönlichen Ängstlichkeiten, Verletztheiten, all die Dinge so weitgehendst in dir in einer gewissen Bejahung, Freundlichkeit *und* Liebe betrachten kannst, ja, wenn du vielleicht sogar weißt, was immer in dir ist, es ist ganz und gar aufgehoben in der heilenden Kraft der Liebe, es *ist* einfach Liebe, - es gibt noch diese meist letzte Angst in einem Menschen, die Angst, vor den *Auswirkungen* der Angst der anderen.

Denn das ist das, was im menschlichen Sinne ja vollkommen unberechenbar ist, wo du zurecht dich manchmal hilflos fühlst, und einfach sagst, „ja, was nutzt das denn, wenn ich im guten Glauben bin, in tiefem Vertrauen, in Frieden und um mich herum tobt der Krieg, wenn ich in gutem Sinne stehe, in eben offenem Herzen stehe, und um mich herum ist Getrenntheit und Verschlossenheit?“.

Ihr kennt das alle aus eurem Leben, manchmal natürlich auch von euch selbst, aber, eben, ihr alle kennt das, damit konfrontiert zu sein, in der eigenen Offenheit, in der eignen Liebe zu stehen und mit der Angst oder der Verschlossenheit oder dem kriegerischen Dasein der Umgebung, eben, sich wie ausgeliefert zu fühlen.

Und das ist genau das, dieses Gefühl des *Ausgeliefertseins*, ihr lieben Freunde, *das* bedarf der Heilung, das Gefühl, *ohnmächtig* zu sein.



Natürlich gehört die Ohnmacht zum Leben, und sie ist ein *Tor* in die eigene Liebe hinein. Aber genau das ist es ja, die Heilung, sich inmitten der Ohnmacht, inmitten der Hilflosigkeit, inmitten dieser banger Frage, „was machen *die da draußen?*“, genau *da* die Heilung *in dir* zu finden, in dir dieses *tiefe* Vertrauen zu spüren, „was *immer* ich gerade erlebe, in welcher Farbe, in welchem Nebel, in welcher Umgebung ich auch immer *stehen* mag, in mir ist das Licht und um mich herum ist es auch“.

Es gibt keine Trennung darin, all das, was *scheinbar* dazwischen steht, ist nichts anderes als irgendeine Form, ein Empfinden, ein Ausdruck von Leben. Es gibt diese Trennung nicht.

Im Grunde ist es, dass es, wenn du sozusagen im Haus deines Lebens stehst und egal, wie die Wände sind, egal, ob da Fenster sind oder nicht, du weißt, „es ist das gleiche Licht drumherum, wie in mir“, und so wird alles, was du siehst, zu einem Ausdruck, zu einem etwas, was du wahrnehmen kannst.

Und in diesem Wissen, in diesem Das-In-Dir-Finden, erkennst du, wenn Menschen um dich herum aus Angst handeln, in der Angst stehen. Du erkennst es sowieso, natürlich, aber da du selbst nicht mehr in der Angst *vor* dieser Angst stehst, sondern *selbst* in dieser *Gewissheit* deines Seins, kannst du die Angst der anderen, eben, in einer Weise betrachten, dass du beiträgst zu diesem heilenden, offenen Tor, - dass es ein bisschen ist, wie ich es gerade in einem Bild sagte: Du wirst dadurch wie ein Tor in die Liebe, wie ein Lichtfunken, dem andere folgen können.

Und es ist genauso wichtig, dass du gar nicht so sehr darauf konzentriert bist, dass andere *dir* folgen oder andere es so doch auch wünschenswerter Weise vielleicht wie du in sich versuchen zu finden. Nein, ihr lieben Freunde, denkt daran: Jede Seele hat eine andere Aufgabe.

Natürlich ist alles Leben im letzten Kern gleich, und doch hat jede Seele ihre *individuelle* Aufgabe. So seltsam es dir klingen mag, *kein Mensch* auf dieser Welt macht irgendwas falsch. Jede Seele macht *ihre* Erfahrung. Und es gehört auch zur Seelenerfahrung, sich *ganz und gar* der Angst hinzugeben. Es gehört zur Seelenerfahrung, sich *ganz und gar* der Macht hinzugeben. Das ist ein *wichtiger Prozess*.

Ihr könnt es vergleichen mit der Entwicklung und dem Werden eines Menschen. Bedenke doch, wie wichtig es ist, wenn ein Kind auf einmal laufen lernt, wie es sich ausprobieren will, wenn es entdeckt, ich habe einen eigenen Willen. Und dann *will* es nichts von Vernunft hören. Es will sich ausprobieren. Es muss auch mal auf die Nase fallen, um zu lernen.

Natürlich könnt ihr sagen, „ja, wären sich alle Menschen ihrer Geistigkeit bewusst, dann würden sie vielleicht ihre Aufgaben, ihre Lernaufgaben, eben, lernen, und es wäre doch eine andere Welt“.

Aber, wie kann ich das ausdrücken, selbst die menschliche Unbewusstheit ist Teil der wichtigen Erfahrung. Und ich spreche das so, eben, zu euch als die Seelen, die ihr seid, die Menschen, die ihr seid, die vielleicht manchmal nicht verstehen können, „wie kann denn ein großer Teil der Menschheit sich verhalten, wie er sich verhält?“.

Ihr liebe Freunde, erhebt euch nicht über andere, sondern seht einfach, ihr seid in einer anderen seelischen Erfahrungswelt. Niemand wird dadurch besser oder schlechter, es ist einfach ein Unterschied. Und ja, so manch einer, wenn ich das so menschlich ausdrücken darf, hat möglicherweise das Gefühl, sozusagen ein alter Mensch zu sein, eine weise Seele zu sein und wird von Kindern regiert.

Es ist ein Wortspiel, aber ein wenig mag es die Stimmung vermitteln. Ja, ja, so ist das.

Wenn ihr, und das habt ihr ja, wenn ihr in euch euer Herz gefunden habt, wenn ihr in euch Momente der Freiheit von eurem menschlichen Wollen erlebt habt, wenn ihr Augenblicke der Demut kennt, vielleicht auch Momente der Weisheit, dann wisst ihr, dass ihr eher eine alte, ältere Seele seid, eine Seele mit schon sehr viel Erfahrung.

Es gibt aber auch viele Seelen, die wollen erst all das erfahren, was es heißt, in der Angst zu stecken oder machtvoll zu sein, die Dinge bestimmen zu können, sich, in meiner alten Sprache würde ich sagen, sich, sozusagen, über den Vater zu stellen, so wie es einem jungen Bewusstsein gebührt.

Was wäre das für eine Welt, wenn ein junger Mensch, ein Jugendlicher, ein junger Erwachsener nur und nur den Vorgaben der Alten folgen würde? Es ist wichtig, ganz eigene Universen zu entdecken.

Und was im Menschlichen gültig ist, ist ein kleines Abbild des großen Geistlichen.

Und auch hier frage ich euch noch einmal ganz deutlich: Seht ihr, spürt ihr das Licht, welches euch umgibt? Seht ihr und spürt ihr die viele Angst um euch herum? Und seid ihr bereit, dem Licht um euch herum die Möglichkeit zu geben, die Angst vor der Angst in euch selbst zu heilen, - im Grunde, diese letzte Trennung aufzulösen?

Denn die Wahrheit ist ja, es gibt diese Polarität in diesem Sinne gar nicht. - Das aber erst kannst du fühlend verstehen, wenn deine letzte Angst in dir geschmolzen ist.

Und was bewegt es in dir, dass du Angst vor der Angst der anderen hast, denn das hat ja wiederum einen Grund.

Letztlich, ihr lieben Freunde, ist es aus meiner Sicht die Angst vor dem physischen Tod. Und ich sage bewusst..., spreche ich in diesen kleinen und doch sehr *großen* Worten von Liebe, Licht und Angst, denn in der Angst ist alles enthalten, alles, was irgendwie mit Kampf zu tun hat, mit Krieg, mit Ablehnung, mit Bewertung, mit Macht, all diese Dinge, all das ist aus Angst geboren.

Angst sich aufzulösen, nicht mehr zu *sein*, denn, wenn es aufgelöst ist, was bleibt dann?

Wenn die Form sich löst, egal welche, was bleibt dann?

Aus geistiger Sicht nichts anderes als Licht.

Und ihr dürft ganz sicher wissen, ich spreche euch nicht von dem Glück des Todes, des physischen Todes, weil ich euch sozusagen auf etwas vorbereiten will, ganz und gar nicht, ihr lieben Freunde. Es ist ohnehin das Gesetz des irdischen Lebens, dass jedes Leben, jede Form erblüht und verblüht und löst sich auf. So ist die Gesetzmäßigkeit des Lebens.

Und natürlich bringt Angst auch sehr viel Wissen hervor, sehr viel Kontrolle, sehr viel Möglichkeiten, die Auflösung der Form irgendwie zu verhindern. Und das ist zum Teil ein großer Segen, aber letztlich ist es auch ein Gefängnis.

Wie kann ich euch *das* ausdrücken, - ihr habt sicherlich alle mehr oder weniger schon von uralten Weisen gehört, die lange, lange im physischen Körper gelebt haben. Es ist durchaus eine Frage: Was macht es möglich, dass ein Körper ohne Medikamente, ohne künstliche Unterstützung so lange seinen Dienst tun kann?

Nun, es ist ganz einfach. Wenn ein Mensch sich ganz und gar seines Licht-Seins bewusst ist, dann kann er, kann diese Seele, dieses Licht, den Körper einfach nähren. Trotzdem wird der Körper, wie ein Weinstock, sein Alter zeigen. Und so lange Licht und Körper ganz gut miteinander verbunden sind, ist dann Leben möglich im physischen Sinne.

Und an irgendeinem Punkt weiß eine Seele oder eine Bewusstheit dann, dass sie jetzt diesen Körper wie ein Kleid ablegen möchte. Die ewige Jugend, ihr lieben Freunde, die gibt es nicht. Aber eben, ein langes Leben, das gibt es, allein aus der Lichtkraft des Bewusstseins heraus.

Der Mensch..., dass all die Seelen, die sich, eben, in diesen menschlichen Zyklus *willentlich* und *freiwillig* hineinbegeben haben, all diese ganze Zeit des Bewusstseins der Angst..., Angst bringt, wie gesagt, unglaublich viel Wissen hervor. Eure ganze Wissenschaft auch basiert zu einem großen Teil auf der Intelligenz der Angst. Das ist nichts Schlechtes, es ist auch etwas Gutes.

Wenn all diese Intelligenz jedoch genutzt wird und *benutzt* wird, um der letzten Angst nicht zu begegnen, genau gesagt, um sie zu vermeiden, wird dieses Wissen zum Gefängnis. Dann bringt Angst immer nur wieder Angst hervor. Dann ist immer wieder der Kreislauf der Kontrolle gegeben.

Ihr könnt das im Großen betrachten, ihr könnt das aber auch im Kleinen betrachten. Schaut mal auf Menschen, die einfach ihre Kontrolle nicht abgeben können, dann seht ihr Menschen mit einer großen Angst. Ihr seht Menschen, die in ihrer Angst *unglaublich* stark geworden sind, die immer wieder neue Kräfte aktiviert haben, um irgendwie ihre Kontrolle aufrecht zu erhalten.

Das Sterben aber, das Loslassen, das Sich-Mal-Hingeben, das einfach Zur-Ruhe-Kommen, das fällt ihnen ungeheuer schwer.

Also ist das, was eure Möglichkeit ist, in genau *diesem*, was gerade geschieht, wo das *große* Kollektiv Mensch noch versucht, die letzte Angst zu kontrollieren, sich einfach nicht hingeben möchte, es ja, sogar so weit geht, dass dieses

Bewusstsein sagt, „wenn ich töte, ist es in Ordnung, aber zu sterben, *das* ist nicht in Ordnung“.

Es ist so ein Paradox *in sich*, - das ist das Wesen der Angst, dass die Kontrolle wichtiger wird, als die Wirkung der Kontrolle, dass selbst wenn die Wirkung der Kontrolle tödlich wäre, das weniger schlimm wäre, als zu sagen, „ich kontrolliere nicht mehr“.

Es ist ein Kreislauf, der sich selbst erzeugt, der in sich selbst gefangen ist. Und so ist es aber auch im Bewusstsein, dass du, eben, ein Licht bist, eine Geistigkeit, eine Liebe. Denn auch da gilt das gleiche Gesetz: Es erzeugt sich selbst immer mehr. Es ernährt sich aus sich selbst heraus. Und alles, was darin noch auftaucht, findet *alles* Raum, Heilung, Schmelzen darin.

Das ist beiden Bewusstseinsformen gleich, das *ist* Bewusstsein.

Ich hoffe, ihr lieben Freunde, eure Gedanken, euer Geist kann mir noch folgen.

Warum sage ich all das so ausführlich?

Im Grunde möchte ich dir sagen, so wie ich anfangs sagte: Im Angesicht der Liebe wird so manche Angst bewusst, im Angesicht eines großen Vertrauens wird der eigene Zweifel bewusst, so kann es aber auch umgekehrt sein.

Im Angesicht der Angst, kannst du dir deiner Liebe bewusst werden, im Angesicht des Zweifels kannst du dir deines Vertrauens bewusst werden. Du kannst es nutzen, je dunkler es ist, umso schärfer werden deine Augen und erkennen Licht.

Und so ist es auch in dir. Wenn es um dich herum, eben, in diesem Sinne dunkel ist, hast du eine *unglaublich* große Kraft, deine Helligkeit zu finden, sie zu *spüren*, nicht sie zu

finden, sie *wahrzunehmen*. Denn das ist ja die Wahrheit, die ist: Sie ist *da*, in dir und um dich herum.

Und ich glaube durchaus im menschlichen Sinne, dass ein Mensch, vielleicht du, dann manchmal das Gefühl hat, „ja, bin ich naiv, bin ich zu still, sollte ich etwas tun?“, nun, ihr lieben Freunde, es gibt nichts anderes zu tun als zu sein, *das* aber *wahrlich* und mit Kraft, das *deutlich* und mit *Ausstrahlung*.

Und du wirst sehen, dass das, was in dir wahrhaftig ist, mehr und mehr nach Ausdruck strebt. Ausdruck, ihr lieben Freunde, ist ja nicht nur Sprache, - natürlich ist Sprache unbedingt eine Art Ausdrucks, jedoch du kannst in einem Schweigen genauso viel, vielleicht manchmal mehr Ausdruck haben, als durch deine Sprache.

Natürlich ist das ein Lernen vielleicht auch: Wenn Menschen nervös, unruhig um euch herum sind, die eigene Ruhe zu spüren, und auch sagen zu können, „in mir ist's ganz ruhig“.

Und das ist das Wichtige: Wenn du ankommst in dieser innersten Neutralität, wenn da *deine letzte Angst* gesehen, geliebt ist und diese Neutralität in dir entstehen kann, du diesen Zustand in dir erlebst, dann wirst du es *klar* fühlen, dann wirst du wie ein Spiegel sein, der einfach spürt, „ah, ich *spüre* die Unruhe um mich herum, ich selbst bin in Ruhe, - ich *spüre* die Ängstlichkeit um mich herum, ich selbst bin in Ruhe“.

Denn das ist es ja: Das Wasser, welches natürlich unter jedem Wind sich kräuselt, ist aber doch in sich Stille. Und daher, ich kann es nur immer wieder in diesen kleinen Worten betonen: Löse, liebe deine letzte Angst, so dass du ganz neutral sein kannst.