



2013

Die sieben Schlüsse zur Erkenntnis des SEINS!

Die **7 Schlüsse** machen Ihnen klar, an welchen Vorstellungen Sie festhalten und wie Sie sich von der Glückseligkeit, der allumfassenden Liebe, tiefen Frieden und der absoluten Freiheit abhalten.

Die Bewusstheit darüber setzt eine Prozeß in Gang, der in der Erkenntnis des allumfassenden Seins mündet. Wenn Sie eine tiefe Sehnsucht in sich spüren oder ein erfülltes Leben wünschen, sollten Sie wissen: ***Die Verwirklichung ist möglich!***

Aktu E. Kurzbauer
Copyright ©
01.01.2013



Glücklich sein, obwohl es jeder will, ist bei den meisten Menschen von Skepsis begleitet.

Das hat seinen guten Grund. Wer hat schon wirklich dauerhaftes Glück erlebt?

Alle Glückszustände sind irgendwann zu Ende gegangen, das ist unsere Erfahrung.

Wir suchen unser Glück in einer erfüllten Partnerschaft, in Erfolg und Wohlstand und einem guten Gesundheitszustand. Obwohl diese Attribute mehr oder weniger auf jeden von uns zu treffen, finden wir kaum Menschen, die von sich aus sagen, ich bin glücklich. Und wenn es jemand gibt, der von vollen Herzen sein glücklich sein kundtut, wird er angesehen, als käme er von einem anderen Stern.

Die Skepsis wird durch Meinungen unterstützt, deren Inhalte den Hinweis auf "Glücklich sein" als Geschäftemacherei, esoterischer Quatsch oder "abgehoben" dargestellt werden. Das alles kann es sein, muß es aber nicht.

Die westliche Sichtweise der Welt und des Lebens unterscheidet sich grundlegend von der östlichen. In unserer westlichen Kultur sind wir gewohnt, uns auf äußere Objekte auszurichten. Nicht nur im Alltag liegt unsere Orientierung auf Menschen, Dinge und Situationen im Außen, sondern auch unsere Spiritualität weist uns auf einen Gott außerhalb unseres Seins hin, einen Gott im Himmel.

Ganz anders die östliche Orientierung. Glücklich zu sein ist die natürlichste Sache der Welt, denn die Glückserfahrung ist Bestandteil des Seins. Der Zugang zur Quelle des Glücks ist Selbsterkenntnis.

Der westliche Mensch verwechselt oft das Selbst, das es zu erkennen gilt, mit dem Selbstbild.

Das Selbstbild entsteht eben dadurch, dass wir uns mit äußeren Phänomenen identifizieren und einen Bezugspunkt brauchen - das Ego. So sehr wir uns auch als Ego erkennen, das Glück wird sich dauerhaft nicht einstellen, eher flüchtig und oberflächlich, bis uns der Irrtum klar wird und wir aufwachen.

Alle Wertschätzungsspiele, die uns angeboten werden, um Wert zu bekommen und glücklich zu sein, das immer das Endziel aller Wertgeschichten ist, polieren nur das Ego auf und führen immer tiefer in das Mißverständnis, dem wir kollektiv in der westlichen Gesellschaft unterliegen.

Wahrer Wert resultiert nicht aus der Hoffnung, daß unser Selbstbild eines Tages dem Ideal entsprechen wird, sondern der Erkenntnis unseres inneren SELBST als Glückseligkeit. Nur bedingungsloses Glück ist wahres Glück.

Der Glückseligkeit geht ein Prozeß einher, den ich Selbsterkenntnis nenne.

Selbsterkenntnis ist viel mehr als eine Erkenntnis unseres allem zu Grunde liegenden Selbst.

Es ist ein Prozeß des Aufwachens aus einer verstandesgesteuerten Trance - einer Selbstsuggestion.

Oft wird es als Stirb und Werde - Prozeß beschrieben, ein sich Auflösen in der Unendlichkeit des Seins.

Dann offenbart sich das wahre Selbst durch die Kraft eines erwachten Herzens, das durch die Augen, den Geist und den Körper hindurch leuchtet.

Können Sie etwas zum Aufwachen tun?

Solange die Trance anhält, wird es immer eine Sehnsucht in Ihnen geben.

Bei manchen Menschen ist es die Sehnsucht nach Freiheit, bei anderen nach Liebe oder Glückseligkeit.

Folgen Sie Ihrer Sehnsucht. Sie wird Sie zu jemandem führen, der den "Weg" bereits gegangen ist.

Dieser Weg, der in Wahrheit keiner ist, ist kein Weg des Tuns, sondern des Loslassens.

Es ist ein Weg, der im Jetzt liegt und somit dem Weg eine neue Bedeutung gibt - SEIN.

Der Weg ist JETZT - SEIN.

JETZT – SEIN verändert ihr Leben. Die Wahrnehmung richtet sich nach innen auf die vertikale Ebene unseres Lebens, zu ihrem inneren Kosmos, für den Sie Verantwortung übernehmen. In der Tiefe ihres Seins treffen Sie auf einen Aspekt ihres Geistes, der völlig frei ist, der an keine Bindungen geknüpft ist und Essenzen wie Friede, Liebe und Weisheit in sich trägt. Es ist der Geist des reinen Seins – ihre wahre Natur. Es ist für jeden Menschen möglich, aus dem freien Geist der wahren Natur zu leben, wenn er/ sie bereit ist die bedingte und vorgestellte Sicherheit aufzugeben und sich dem allumfassenden, ganzheitlichen Sein anzuvertrauen, **dem spirituellen Herz.**

1. Schlüssel - Achtsamkeit

Achtsamkeit ist eine Kraft im Bewusstsein. Mit dieser Kraft werden alle Zellen, alle Atome, alle Moleküle und Schwingungen auf die kosmische Ordnung eingestimmt. Eine Ordnung, die das ganze Universum zusammen hält und für die Erhaltung dessen in jeden Augenblick sorgt. So auch unser SEIN.

Achtsamkeit bewirkt ein JETZT-SEIN und verbindet Geist, Körper und SEIN miteinander.

Das holistische JETZT-SEIN von Geist, Körper und SEIN öffnet das allumfassende Energie- Informations - und Bewusstseinsfeld, das allem Existierenden zu Grund liegt.

Meditation ist ein profundes Mittel, um Achtsamkeit zu üben.

Meditation als Achtsamkeitsübung hat viele Varianten beginnend mit der Atembetrachtung bis hin zum Gewahrsein der Stille. Interessanter Weise wirkt sie nicht nur entspannend auf unseren Körper und Geist, sondern aktiviert die Stirnhirnrinde (präfontaler Cortex), die der Sitz des "höheren Denkens" ist. Das höhere Denken erlaubt uns eine ganzheitliche Sicht des Universums einschließlich uns selbst.

In unserem Leben finden unablässig Veränderungen statt. Sie führen entweder zu Wachstum, Entwicklung und Evolution oder zu Verfall, Unordnung und Erkrankung. Der entscheidende Unterschied liegt in der Kraft der Achtsamkeit, denn sie verbindet uns durch die Aktivierung der Stirnhirnrinde mit einer ganzheitlichen Sichtweise des Lebens und damit mit dem Feld der unbegrenzten Möglichkeiten.

Die Kraft, die der Achtsamkeit innewohnt, drückt sich im Geist durch zielgerichtete Absicht aus, im Körper mittels physischer Stärke und Ausdauer, zugleich aber auch als ganzheitlich organisierendes Prinzip. Im SEIN bringt die Kraft das Potenzial in die Realität, auf das ich noch näher eingehen werde. In der indischen Mythologie wird diese

Kraft Shakti genannt, Bewusstsein in Bewegung. Diese Kraft sorgt unter anderem dafür, daß die Moleküle Lebensenergie in jede einzelne Zelle transportieren.

Achtsamkeit ist eine wunderbare Möglichkeit, sich im Körper zu erden.

Ihr Körper ist während Ihrer Inkarnation Ihre Wohnstätte, Ihr Tempel, und sollte entsprechend eingestimmt sein. Sie sind nicht Ihr Körper, wie viele vielleicht glauben und sich mit ihm identifizieren. Bei der Übung von Achtsamkeit kann sich diese Anhaftung relativ schnell lösen, wenn Sie sich immer mehr ihres wirklichen Seins bewusst werden. Je mehr Sie sich ihrer wahren Natur bewusst sind, wandelt sich die Achtsamkeit in reines Gewahrsein. Reines Gewahrsein ist der Schlüssel zur Veränderung.

Reines Gewahrsein ist eine Heilkraft, die in die tiefen Schichten ihrer gewohnten Konditionierungen eindringt und deren Strukturen verändert, Fixierungen und Anhaftungen auflöst und Ihre Realitätserfahrung radikal umorientiert.

Diese Art der Heilung ist ein Prozess als Transformation der strukturellen Basis ihres Seins.

Niemand kann vorher sagen, wie sich diese Dekonditionierung und Desillusionisierung entfalten wird. Sie geschieht in ihrem eigenen Tempo und ihrem eigenen Rhythmus. Manchmal ist sie sanft und zart, und zu einer anderen Zeit rau und ruppig. Jeder von ihnen ist unendlich vielschichtig, und die Verwirklichung ihres allumfassenden Seins ist einzigartig und oft geheimnisvoll. Sie brauchen dazu einfach Geduld.

Die Heilung geschieht, weil Sie im reinen Gewahrsein nicht mehr darauf fixiert sind, irgend ein Glaubenssystem, ein Gefühl oder eine Erfahrung aufrecht zu erhalten oder zurückzuweisen. Statt dessen existieren Sie als Unendlichkeit, die Essenzen wie Friede, Liebe und Freude hervorbringt, die mit dem Fluss des Lebens verschmelzen und als EINKlang mit allem was ist, erlebt wird. Damit leben Sie als **Präsenz der Wahrheit**, als Zeuge des Universums.

2. Die Kraft des Jetzt

Zeit ist ein rätselhaftes Phänomen!

Jede Zeiterfahrung ist persönlich geprägt. Darin liegt das Problem mit der Zeit begründet. Wir machen sie stets zu unserer persönlichen Angelegenheit. Ob Sie sich über etwas ärgern, das Sie in der Vergangenheit getan oder unterlassen haben, oder Sie sich über etwas sorgen, das Ihnen in der Zukunft bevor steht, sie sind mit Zeit beschäftigt.

Zeit ist eine sehr subtile Angelegenheit, weil Sie sie bei der Ausrichtung auf Ihre Themen nicht wirklich wahrnehmen. Unablässig bewerten Sie jede Erfahrung, speichern sie in der entsprechenden Zeitschublade ab, gestern, vorige Woche, im Jahr 1997 usw.....

Sie vergleichen vergangene Situationen mit der heutigen und bewerten.....

Sie erzählen Ihre Erfahrungen in Zeitabläufen, reihen sie chronologisch.....

Sie glauben an die eigene Geschichte, von Ihrer Geburt an bis zum heutigen Tag.....

Ihre Geschichte endet nicht mit dem heutigen Tag; sie geht weiter in Zukunftsplänen, Zielen und Wünschen....

Dabei sollte eines beachtet werden: Alles Unglück existiert nur in der Zeit!

Dagegen ist Glückseligkeit, die keinen Grund braucht, nur im gegenwärtigen Augenblick vorhanden!

JETZT ist das Gewahrsein des gegenwärtigen Augenblicks.

JETZT ist die Schnittstelle zwischen Ihrer wahren Natur und der Erscheinung.

JETZT ist die Umorientierung von der horizontalen Bewegung der Erscheinung in der Zeit zur vertikalen Versenkung in die Ewigkeit.

Jetzt bedeutet "Hier sein" und ist eine unerschütterliche Kraft.

Die Kraft des Jetzt ist eine Qualität Ihres Bewusstseins und die Qualität Ihres Bewusstseins ist ausschlaggebend für die Qualität Ihres Lebens.

Sie leben in beiden Realitäten, in der Ebene des Seins (vertikal) und der Ebene der Erscheinung (horizontal). Die beiden Ebenen unterscheiden sich allerdings grundsätzlich. In der Erscheinung ist das Grundgesetz Vergänglichkeit; im Sein herrscht Ewigkeit. Jegliche Identifizierung in der Erscheinung involviert Sie in die Vergänglichkeit und in die Zeit. Polaritäten entstehen, Vergangenheit und Zukunft, wenn und abers, vielleicht oder doch nicht, Ängste und Sorgen.....

Im Jetzt verankert ist es, als ob Sie durch ein offenes Fenster in die Erscheinungswelt schauen.

Sie riechen den Duft und erleben die Luft, ohne darin verwickelt zu sein.

Ich bin JETZT - SEIN.

3. Widerstandslosigkeit

Wir begegnen auf der ersten, äußeren Schicht dem Widerstand, der den Status Quo aufrecht erhalten und die Lebenseinstellung „angenehm und unangenehm“ weiterhin als wesentlichen Wert halten möchte.

Widerstand erzeugt eine scheinbare Sicherheit und Beständigkeit von allen Dingen der Erscheinungswelt, vor allem der eigenen Identität. Widerstand ist ein Haltegriff, um nicht in den Tiefen des grenzenlosen Seins verloren zu gehen oder aufgelöst zu werden. Er soll uns auch vor Angriffen gegen unsere inneren Konzepte schützen, auf die wir auf der zweiten, vertikalen Ebene treffen. In tieferen Schichten unserer Mind-Struktur finden sich Ängste und tiefe Emotionen wie Verzweiflung, Sinnlosigkeit und Hilflosigkeit, und das Ego ist sehr bemüht, diese verdrängten Energien nicht ins Bewusstsein kommen zu lassen - durch Widerstand. Wird der Widerstand nicht gelöst, bleibt immer eine Spaltung im Bewusstsein bestehen.

Widerstandslosigkeit bedeutet, die Kontrolle aufzugeben und dem die Achtsamkeit zu schenken, das sich dann zeigt, ganz gleich, was es ist. Dazu ist es notwendig, unser Bewertungssystem beiseite zu lassen und eine Einstellung der Gleich-Wertigkeit einzunehmen. Die Bewertungen halten uns in der mentalen Polarität gefangen und vor allem im Gespalten sein.

Die Kontrolle ist ein wesentlicher Bestandteil der Überlebensstrategie des Egos. Es glaubt, mit der Kontrolle unser Glück gewährleisten zu können. Nachdem alle Erscheinungen in unserer Welt vergänglich sind, kann dauerhaftes Glück davon nicht bestehen, auch nicht durch massive Kontrolle. Solange das Glück nicht dauerhaft ist, hat das Ego eine Aufgabe und ist mit Vorstellungsbildern beschäftigt, wie es denn ausschauen könnte.

Ohne Kontrolle haben wir den Eindruck, unsere Welt bricht auseinander.
Geht es schließlich nicht darum, unsere Welt aufzugeben und die Wahrheit zu erkennen?

Dieser Aspekt der Widerstandslosigkeit ist ein wesentlicher Unterschied zu den meisten Arten der psychologischen Arbeit. Es geht nicht mehr darum, Harmonie im Leben und der Persönlichkeit zu schaffen, sondern sich zur Wurzel der verblendeten Identität (Ego) vorzuarbeiten, um sie auszureißen.

In Übereinstimmung mit dem zu sein, was ist, bedeutet, eine Beziehung ohne inneren Widerstand mit dem zu haben, was sich zeigt. Es bedeutet, das Geschehen mental nicht länger als gut oder schlecht zu bewerten, sondern den aufsteigenden Energien mit Bewusstheit zu begegnen. Eine wunderbare Übung, die ich im Buch von Eckhart Tolle „Eine neue Erde“ fand, ist ihre Beziehung zum gegenwärtigen Augenblick zu überprüfen.

Setzen Sie sich in Ruhe hin und fragen Sie sich:

„Welche Beziehung habe ich zum gegenwärtigen Augenblick?“

Dient Ihnen das Jetzt als Mittel zum Zweck? (mentale Definition des Ichs)

Sehen Sie das Jetzt als Hindernis? (weil etwas nicht so ist, wie Sie es möchten)

Sehen Sie das Jetzt als ihren Feind? (weil jetzt etwas ist, was sie nicht möchten)

Seien Sie sich bewusst, der gegenwärtige Augenblick ist alles, was ihnen zur Verfügung steht. Grundlegend geht es darum, welche Beziehung Sie zum Leben haben und diese Frage entlarvt ihr Ego und versetzt Sie in den Zustand von Präsenz. Die bewusste Hingabe (Widerstandslosigkeit) eröffnet uns die vertikale Dimension unseres Seins, in der wir unsere verdrängten Ängste und Schmerzen wieder finden und sie in der Flamme des bewussten Annehmens verbrennen können. Dann steigt in uns die Herrlichkeit des Seins auf, getragen von Frieden und Freude, unsere wahre Natur. In diesem Moment sind wir frei von dem Glauben, dass Glück von äußeren Gegebenheiten abhängt und fühlen uns EINS mit allem, was ist.

4. Wahrhaftigkeit

Schon der Begriff zeigt uns direkt, was er meint - *an der Wahrheit anhaften*.

Die meisten Menschen leben in ihrer selbst geschaffenen Welt, ohne die zu Grunde liegende Wahrheit des SEINS zu kennen. Dieses Leben ist durch den fortwährenden Wandel geprägt, der Unsicherheit, Angst, Zorn und Schuld hervorbringt. Die Gedanken werden durch Zweifel getrübt und die Persönlichkeit wird durch das Begehren des Egos genährt.

Doch wenn die wahre Natur erkannt ist, öffnet sich das Reich unendlicher Intelligenz und Kreativität. Auf dieser Wahrheitsebene sind Sie so, wie Sie von Geburt an gemeint waren. Es steht Ihnen das uneingeschränkte, reine Potenzial zur Verfügung. Sie werden von den Gefühlen Friede, Liebe und Freiheit getragen und nähren damit ihr DASEIN.

Die notwendige Seinserkenntnis kann durch unterschiedliche Herangehensweisen geschehen.
Eine davon ist tägliche Meditation, eine weitere **Seinsergründung**.

Die Erkenntnis über sich selbst tritt dann ein, *"wenn der Apfel reif ist und vom Baum fällt"*.

Damit der Apfel reif wird, braucht er bestimmte Voraussetzungen wie Sonne, Wasser und Erde.

Die *7 Schlüssel*, die hier beschrieben sind, sind ein gutes Fundament (Erde), die Umsetzung der Schlüssel ist das Wasser, und die Sonne ist der Lehrer, der den Reifungsprozeß unterstützt und die Hindernisse kennt, die es zu überwinden gilt.

5. Geschehen lassen

Normalerweise ist unser Leben von den Interpretationen unserer Erfahrungen aus der Vergangenheit geprägt.

Die Ursachen der Interpretationen sind eingepprägten Konditionierungen, eigene Konzepte und Glaubenssätze.

Mit den Konditionierungen und Glaubenssätzen geht ein Kontrollmechanismus einher, der alle Ereignisse im Leben auf die vorgefaßten Meinungen überprüft und darauf reagiert. Es entsteht ein Leben, das durch die unbewussten, inneren Kräfte gelenkt ist, die erfolgsorientiert die Konditionierungen und Glaubenssätze bestätigen. Auf der Oberfläche des Bewusstseins entstehen Vorstellungsbilder, wie das Leben zu sein hat und der Wille, dieses Ziel zu erreichen. Der Grund dafür ist die Angst vor dem Unbekannten. Wir leben lieber bekannte Verhaltensweisen, die uns sehr oft ins Leid führen, als uns auf das Unbekannte einzulassen, das uns möglicherweise das Glück eröffnet.

Die Angst vor dem Unbekannten beruht auf der Unkenntnis der wahren Natur unseres Seins.

Die Quelle von allem in der physischen Welt ist das allumfassende SEIN, das weiß, wie alle Bedürfnisse erfüllt werden können. **ES** ist das Quantum unendlicher Möglichkeiten, jenseits von Zeit und Raum.

Jede Bindung an ein Vorstellungsbild, Glaubenssatz oder Wunsch bewirkt einen starren Rahmen im Energiesystem und den Verlust von Kreativität und Spontaneität.

Die Bereitschaft in das Unbekannte einzutauchen und alle Vorstellungsbilder und Glaubenssätze hinter sich zu lassen, ermöglicht der "Fügung", die wir oft als glücklichen Zufall bezeichnen, ihr Wirken. Fügungen sind der Ausdruck unseres natürlichen Seins, das mit dem ganzen Universum vernetzt ist und erst wirken kann, wenn wir unseren Willen aufgeben. Es ist eine Einladung, die karmischen Fesseln abzuschütteln und der inneren Führung zu vertrauen.

Geschehen lassen ist die Hingabe an die kreative Intelligenz, die den Tanz des Universums bestimmt. *Geschehen lassen* ist gleichzeitig die Hingabe, bei der man sich voll und ganz darauf einläßt, was gerade jetzt geschieht.

6. Einssein

Einssein bedeutet, die Verbundenheit allen Existierenden zu erfahren.

Hinter der unendlichen Vielfalt des Lebens liegt die Ebene des reinen Bewusstseins.

Es ist das Feld aller Möglichkeiten und höchster Kreativität.

Das reine Bewusstsein existiert jenseits von Zeit und Raum und die Intelligenz, die dieser Ebene entspringt, sorgt dafür, dass das Universum in seiner Vielfalt in Erscheinung tritt.

Im Bewusstseinszustand des Einsseins verschmilzt der Geist des Beobachters mit dem Geist des beobachtenden Objekts miteinander und werden eins. Wenn das geschieht, sehen Sie die ganze Welt als eine Erweiterung ihrer selbst. Sie erkennen, dass die ganze Welt eine Projektion ihres eigenen Selbst ist, und vor allem, dass die Welt in ihnen existiert und nicht Sie in der Welt.

Damit das geschehen kann, können Sie ein Gewahrsein für das unsichtbare, alles miteinander vereinende Feld entwickeln. *Wie?*

Normalerweise richten Sie Ihre Aufmerksamkeit auf äußere Objekte, Dinge Menschen und Situationen.

Statt dessen schauen Sie auf den Raum zwischen den Dingen. *Sie werden staunen!*

In dem Moment, wo Sie sich des Raumes zwischen den Gegenständen, den Raum zwischen den Gedanken oder Raum zwischen den Atemzügen gewahr sind, erleben Sie den EINEN Raum, in dem das Einssein geschieht. In einem tiefen Gewahrsein erleben Sie diesen unendlichen Raum als absolute Fülle.

Er ist das Feld des reinen Potenzials - Reines Bewusstsein!

Der unendliche Raum, ihre wahre Natur, ist stets still. Indem Sie sich dieses Raumes gewahr sind, bringen Sie auch ihren Geist zur Ruhe und ihr Körper entspannt sich.

Probieren Sie folgende Übung aus:

Setzen Sie sich hin und entspannen Sie.

Erklären Sie ihrem Körper, dass er jetzt tun kann, was er will!

Spüren Sie, was geschieht!

In der Praxis des Einsseins erleben Sie die Beziehungen zu anderen Menschen nicht von Ego zu Ego, sondern von SEIN zu SEIN. Sie Wissen, dass es nur das EINE gibt, ohne ein Zweites und erkennen in jedem Lebewesen, dem Sie begegnen, dieses EINE – das reine, allumfassende SEIN.

7. Dankbarkeit

Buddha sagte vor 2500 Jahren: "Das Herz kann nicht durch äußere Dinge erfüllt werden".

Obwohl diese Weisheit im Kollektiv der Menschheit verankert ist, ist mehr das Gegenteil der Fall. Die Menschen versuchen über äußere Objekte ihr Glück und damit ihre Erfüllung zu finden.

In jedem Menschen ist die Sehnsucht nach Glück und Erfüllung vorhanden.

Wir alle sind auf der Suche nach Glück und Erfüllung. Meist gibt es dazu auch bestimmte Vorstellungsbilder, wie das Glück sein soll. Jedes der Vorstellungsbilder wird von einem Begehren genährt.

Begehren bewirkt ein Denken, dass es jetzt zu wenig ist und erzeugt ein Mangelbewusstsein, das wiederum immer mehr begehren schafft. Ein anschauliches Beispiel dafür sind die Schönheitsoperationen.

Sehr oft können wir das nicht würdigen, was bereits ist. Erst wenn wir uns mit anderen Menschen vergleichen, wie zum Beispiel mit Menschen aus Notstandsgebieten, kommt uns wieder ins Bewusstsein, in welchen Überfluß wir leben, und dass wir eigentlich glücklich sein müßten.

Das Universum, in dem wir leben, existiert durch einen dynamischen Austausch von Energie.

Nichts ist statisch. Unser Körper befindet sich in einem ständigen Austausch mit den Schwingungen des Universums. Unser Geist interagiert mit dem Geist des Kosmos. Der Strom des Lebens ist nichts anderes als die harmonische Interaktion aller Elemente und Kräfte, die das Feld der Existenz strukturieren.

Das Leben ist der ewige Tanz des Bewusstseins, der sich als dynamischer Austausch von Intelligenz-Impulsen zwischen Mikrokosmos und Makrokosmos ausdrückt.

In jeden Moment werden wir vom Universum beschenkt. Vielleicht nicht so, wie es unsere Vorstellungen vorsehen. Die Beschränkung auf unsere Vorstellungsbilder bewirkt das Nichtwahrnehmen anderer Geschenke. Erst wenn wir uns dieser Tatsache wieder bewusst werden, stellt sich Dankbarkeit ein. Dankbarkeit öffnet unser Herz und unsere Seele. Wir werden berührt von unseren tiefen Seinsebenen und erleben wirkliche Erfüllung.

Erfüllt sein bedeutet, in der Alltagserfahrung die Tiefes des Seins wahrzunehmen, die Fülle ist – unsere wahre Natur. Dankbarkeit hilft uns, DAS zu vertiefen.

MÖGE die ÜBUNG gelingen – Herzlichst AKTU