



Universal Essential Life

Bewusstseinslage November/Dezember 2019

Vertrauen, Dankbarkeit und Hingabe - Hauptzutaten für Veränderung und ein erfülltes Leben

Die bisherigen Veränderungen gehen auch noch in nächster Zeit weiter. Veränderungen, die stark transformierend wirken und besonders ganz alte Verhaltensweisen, Emotionen und mentale Strukturen verändern. Dies kann zu neuen Wegen und Möglichkeiten im Leben führen, wie auch zu neuen Visionen für das eigene Leben. So intensiv oder auch so schwankend und vielleicht nur schwer greifbar die Veränderungen auch sein mögen, und damit auch das eigene Selbstbild und der eigene Ausdruck im Leben starken und meist nur wenig greifbaren und nachvollziehbaren Veränderungen unterworfen ist, so merken wir, dass sich etwas Neues zunehmend den Weg bahnt. Dies kann vielleicht verwirrend oder schwer zu fassen sein, aber positiv gesehen. Es ist wie wenn wir auf uns selbst blicken und uns beim Leben beobachten, wie wenn wir gelebt werden, aber gleichzeitig merken, dass wir auch selbst am Ruder sind. Wie ein ferngesteuert sein, wie ein gelenkt werden und gleichzeitig nimmt die Selbsterkenntnis und das eigene Licht, das Erkennen des eigenen Lichts und des Lichts in der Welt und in allem Lebenden stetig zu. Dieses Licht, diese lichte Kraft unseres Selbst bahnt sich ihren Weg und fordert nach Ausdruck im Leben. Es ist unser ureigener Ausdruck, der aber so in dieser Form bisher noch nie gelebt werden konnte. Somit fallen in all diesen Veränderungen Altes und Neues im Jetzt zusammen und ermöglichen eine tiefe Glückseligkeit, Erfüllung, Geborgenheit und Ankommen im eigenen Leben, in sich Selbst. Dies setzt eine enorme Kraft frei, die nur dazu verwendet werden kann, denn nur dafür ist sie da, die eigene Seelenaufgabe, den eigenen Lebensweg zu beschreiten. Alles, was nicht mehr zu uns gehört, was wir übernommen haben, was uns noch an Früheres bindet und damit hindert, kann immer weniger aufrecht erhalten und gelebt werden. Je mehr wir daran festhalten wollen, dieses für uns „Alte“ und „Gewohnte“ auch weiterhin zu leben, desto deutlicher wird uns gezeigt, dass dies nicht mehr angesagt ist. Es ist die Zeit, wirklich voll und ganz Ja zu uns zu sagen. Nicht mehr zu falschen Vorstellungen, übernommenen oder überholten Glaubensvorstellungen, alten Mustern, längst nicht mehr für uns passende Verhaltensweisen, gesellschaftliche Vorgaben, zu all dem, was in Bekanntem und Gewohntem verharren will. Die Zeit steht so was von auf Veränderung. Und zwar bis hin zu dem, was bisher unmöglich schien oder bloß als verrückte Fantasie abgetan wurde.

Es ist die Zeit für die Verrückten. Für diejenigen, die ausbrechen, die revolutionieren, die verändern, die es anders machen, die die Welt verändern, die endlich ihres leben, die sich nicht mehr fügen, die sich keinen starren und vorgegebenen Strukturen mehr unterordnen. Es ist Zeit für Freiheit. Aber damit auch verbunden, die Zeit für Selbstverantwortung, Selbstbestimmung und Selbstgestaltung. Der eigene Wille tritt immer mehr in den Fokus. Was wollen wir wirklich? Wir können uns nicht mehr auf äußere Instanzen verlassen, egal, in welcher Form, die uns sagen, was wir tun sollen. Diese Zeiten sind vorbei. Es liegt jetzt an uns, uns ein weiteres Mal abzunabeln und unseren Weg alleine zu gehen. Ohne fremde Hilfe, ohne Vorgaben und ohne jegliche Begrenzungen. Doch das bedeutet, über unsere eigenen Schatten zu springen. Denn die jahrtausendealten Muster des Gehorsams, des Sich-opfern, sich Fügens, des blinden Glaubens, des Sklaventums, der Manipulation, der Autoritätshörigkeit, aber auch der Machtausübung, des Durchsetzens des eigenen Willens, der extrem narzisstischen Züge, des Opfertums, der Hilflosigkeit, der Ohnmacht, der



Universal Essential Life

Unterdrückung, der Inquisition, des Sich-zurückhaltens, der Abhängigkeiten sind noch tief greifend in uns und in der Gesellschaft verankert. So sind es gerade diese ur-ur-uralten Muster, die sich jetzt besonders zeigen. Es sind Muster, die uns noch in unserer freien Entfaltung zurückhalten. Auch, wenn sie uns nicht mehr binden oder durch Angst steuern können, so führen sie noch zu einem Beibehalten des Bekannten und Gewohnten. Einfach noch aus einer Vorsicht heraus, die noch ein „Rest“ und Überbleibsel der bisherigen wirklich großen Ängste ist. Dabei schwingt auch eine natürliche Angst mit, die uns vor Schaden, Unheil und falschen Entscheidungen bewahren soll. Man könnte sagen, unser inneres Führungssystem ist wie freigelegt und wir können es jetzt kennen und benutzen lernen. Zuvor war es durch unsere Ängste wie überdeckelt, lahmgelegt oder nicht wahrnehmbar. Jetzt ist es wie freigelegt und wieder in Betrieb genommen. Und wir müssen lernen, auch die feineren Wahrnehmungen zu unterscheiden.

So kann es sein, dass wir immer wieder dazu aufgerufen werden, unsere Freiheit auch wirklich zu leben. Trotz all der Glaubenssätze, Widerstände und Ängste, die vielleicht noch als Restspuren da sind. Und mit all den Konsequenzen. Es liegt an uns, diese Chance zu nutzen, die so einmalig ist, endlich Ja zu sagen. Ja zu sagen zu dem, was wir schon seit so langer Zeit über viele Jahrtausende hinweg, für uns vorbereitet haben.

Es gibt deswegen in dieser Zeit eine Möglichkeit, nie geahnte Zustände zu erfahren und eine große innere Kraft. Ein intensives Wahrnehmen, Fühlen, Erkennen, aber auch die Kraft und Möglichkeiten des Denkens und des Geistes neu zu erfahren und zu nutzen. Denn das Denken wird zukünftig eine Schlüsselrolle in der menschlichen Entwicklung darstellen. Wir sind gerade erst dabei, diese Kraft und die Möglichkeiten, die es in seiner umfassenden Form bietet, erst in den Anfängen zu nutzen und zu begreifen. Damit verbunden, ist z.B. eine viel schnellere und klarere Erdung und Umsetzung.

Und dazu treten Vertrauen, Dankbarkeit und Hingabe zunehmend in unser Bewusstsein und in unser gelebtes Leben. Es sind die Zutaten, die die Grundlage bilden, damit die Veränderungen geschehen können und sich das zukünftig Anstehende erst entfalten kann. Sie bilden die Basis, auf der sich dann alles Weitere aufbauen kann.

Vertrauen ist wie ein Anker im Leben. Durch Vertrauen können wir uns erst trauen. Wir können vertrauen, dass alles unserer positiven Entwicklung dient. Somit kann Vertrauen oder auch Urvertrauen nur in einem Vertrauen in eine höhere Kraft und deren Wirken im Leben haben. Ein Vertrauen in das Leben, dass alles immer genau richtig ist, so, wie es ist und dass es immer etwas Positives und Sinnvolles für uns bereithält. Egal, wie sich die Situation auch zeigen mag. Vertrauen in das Leben und in eine allesumfassende Kraft, die durch und mit allem wirkt und damit auch für uns sorgt, sind ein Schlüssel. Urvertrauen, dass etwas oder jemand für uns da ist, dass wir versorgt sind, unsere Bedürfnisse erfüllt werden und wir Einfluss darauf haben. Genauso, wie Vertrauen in uns Selbst. Das bedeutet, dass wir uns Selbst vertrauen können, einer Instanz in uns, die einfach immer weiß, was zu tun ist, die uns führt und leitet, unseren tiefsten Kern, unser Höheres Selbst, und Vertrauen darin, dass wir jede Situation meistern können und werden. Vertrauen in eine Höhere Ordnung und Vertrauen in die Kraft des Funken dieser höheren Ordnung in uns. Vertrauen, das nur wir Selbst für uns Selbst haben können, das aber Teil dieser höheren, allesumfassenden Kraft ist. Und das uns befähigt, selbst dafür zu sorgen, dass das Leben für uns sorgt. Dass wir uns vom Leben nicht nur versorgt fühlen, sondern auch angenommen und willkommen.



Universal Essential Life

Durch die Kraft des Vertrauens ermöglichen wir, uns für alle Arten von Erfahrungen zu öffnen. Denn wir verlieren unsere Ängste. Die Kraft des Vertrauens lässt Zweifel und Sicherheitsstreben, Bedenken, Kontrolle und alles, was durch Ängste entstehen kann, verblassen. Es verliert an Kraft. Und so werden wir mutiger, wir können etwas wagen, mit allen Möglichkeiten, was geschehen könnte und auch wird. Denn wir wissen, wir werden damit umgehen können. Wir können etwas daraus machen, davon lernen, wieder neue Entscheidungen treffen. Vertrauen gibt uns die Kraft, in die Tat zu gehen und zuversichtlich zu sein, dass für uns gesorgt sein wird. Egal, was kommt. Denn wir haben gelernt, dass wir uns Selbst und dem Leben vertrauen können. Und je mehr wir dies tun, desto stärker dehnt sich das Vertrauen aus. Je mehr wir erfahren, dass wir vertrauen können, desto stärker wird es. Und jede Niederlage, jedes Hinfallen, jedes Versagen, jede Enttäuschung wird als Entwicklungsmöglichkeit für die eigene Reife gesehen und verwandelt.

So entsteht zunehmend auch mehr Dankbarkeit für das Leben und für die Erfahrungen. Es kann erkannt und gelebt werden, dass alles immer ein Geschenk bereithält. Und dass wir für alles, auch für das, was wir als negativ bewerten, dankbar sein können. Denn es sind vor allem diese „negativen“ Erfahrungen, die uns zwar intensiv durchschütteln, aber im Nachhinein am Meisten lernen und entwickeln lassen. Wenn wir sie als solche erkennen und nutzen. Dankbarkeit ist deswegen eine der stärksten Kräfte. Denn wirkliche, tiefe Dankbarkeit kann Welten verändern. Sie verändert und bestärkt. Sie fördert und fordert. Denn in allem das zu sehen, wofür wir dankbar sein können, lässt uns alles neutral annehmen, so, wie es ist. Dankbarkeit im Moment des größten Unglücks, wissend, dass es irgendetwas für uns bereithält, öffnet uns für die Geschenke des Moments. Und auch für die Geschenke der rückblickenden Erkenntnis. Denn oftmals können wir im Moment nicht erfassen, was dieser alles an Potential für uns in sich trägt, aber mit Vertrauen und Dankbarkeit, wissen wir auch in scheinbar ausweglosen, unerträglichen oder überwältigenden Situationen, dass es ein Geschenk, eine Erfahrung, eine Erkenntnis beinhaltet und dass wir sie meistern werden. Dann schwindet der Widerstand oder das Zurückhalten und wir können alles einfach so nehmen und mitgehen. Denn wir wissen, es ist genau richtig, so wie es ist und es muss genau so sein, denn nur so können wir bekommen, was uns am Ende bereichert. Oder womit wir uns selbst bereichern. Durch Dankbarkeit können wir wirkliche tiefe Wertschätzung und Respekt ausdrücken. Wir erkennen den Wert, das Wesen, dessen, was uns begegnet und Dankbarkeit spiegelt dies zurück. Die ehrliche, absichtslose Dankbarkeit, die nichts erwartet, aber das Bestmögliche und Wertschätzendste gibt, öffnet Räume.

So öffnen Vertrauen und Dankbarkeit, und ermöglichen Hingabe. Durch Hingabe geben wir uns Selbst hin. Wir stellen uns Selbst zur Verfügung für einen höheren Zweck, wir geben uns anderen Menschen hin, wir sind authentisch und echt und wir dienen. Was nicht bedeutet, dass wir uns opfern, verbiegen oder verdingen, sondern dass wir der höheren Ordnung dienend folgen, weil wir es freiwillig so wollen. Wir folgen unserem inneren Navi, unserem Höheren Selbst, das ein Abbild des einen großen Geistes, der Quelle, ist. Somit folgen wir dem Weltenplan, der einen Schöpfung. Wir bringen unseren freien Willen mit Gottes Willen in Einklang und erkennen und erschaffen gleichzeitig das, was die Schöpfung hervorbringt. So legen wir jeglichen Widerstand ab, etwas müsste anders sein oder sollte unseren Vorstellungen entsprechen. Wir folgen der höheren Ordnung, unserer höheren Ordnung, auf noch tieferen und umfassenderen Ebenen. Wir geben uns hin und bringen damit unseren Seelenauftrag, unser Seelenlicht in den lebendigen Ausdruck. Wir geben uns uns Selbst hin und werden flexibel, für das, was wir tun oder nicht tun. Wir legen jegliche



Universal Essential Life

Vorstellungen ab, wie wir oder etwas zu sein hätte, und trotzdem bringen wir unsere Vorstellungen zum Ausdruck. Aber nicht mehr die Vorstellungen als ein getrenntes Ego-Ich, sondern die Visionen als göttliches Ich, das weit mehr umfasst, als das, was wir mit unserem Verstand begreifen und mit unserem Bewusstsein erahnen können. Und doch sind wir in der Hingabe genau an dem Punkt, wo wir gleichzeitig auch menschlich die Dinge so betrachten können, wie sie sind und wie sie erfahren werden. Hingabe schließt eine Bewertung der Erfahrung mit ein. Eine bewusste Wahl dessen, in Bezug zu dem, was welche Folge hervorruft und was es in seiner Wirkung erzeugt. Schmerz, Leid, Ungerechtigkeit, all das wird als solches erkannt und auch zugleich seine übergeordnete neutrale Bedeutung mit einbezogen. Hingabe bezieht mehrere Sichtweisen aus verschiedenen Ebenen oder Blickwinkeln mit ein. Es bedeutet nicht, dass alles gut ist, auch wenn es schlecht ist, sondern es bedeutet, dass es in seiner Essenz aus einem höheren Blickwinkel neutral anzusehen ist, aber im Menschlichen aus einem menschlichen Blickwinkel als das erkannt wird, als was es auf dieser Ebene erfahren wird: Schmerz, Leid, Ungerechtigkeit, Freude, Erfüllung, Geborgenheit. Es wird das höhere Wesen darin gesehen und gleichzeitig das, wie es im Menschlichen erfahren werden kann. Wenn sich etwas scheiße anfühlt, dann fühlt es sich scheiße an. Es bleibt die reine Erfahrung und die Erkenntnis „so fühlt es sich an und so zeigt es sich als Erfahrung“. So ist es eher, wie wenn wir vor einem Buffet stehen und neue Speisen probieren. Wir probieren alles einmal aus und stellen fest, wie es schmeckt, wie es auf uns wirkt und was uns schmeckt und was nicht. Dann wählen wir bewusst das aus, was uns schmeckt oder was wir vielleicht erneut probieren wollen und wann wir dies passenderweise tun. Dabei ist keine Speise besser oder schlechter, als die Andere. Sie schmecken uns einfach nur nicht immer. Und wir können wählen, was wir essen wollen. Und oftmals müssen wir auch das probieren, was uns nicht schmeckt, um das zu finden, was uns wirklich schmeckt. Und auch kann sich unser Geschmack verändern. Was uns in der Kindheit oder vor Jahren mal geschmeckt hat, das mögen wir heute vielleicht nicht oder wir mögen es jetzt nicht, aber vielleicht später. Oder wir lehnen etwas ab, was uns eigentlich sehr gut schmecken würde, aber wir haben einmal eine unguete Erfahrung damit gemacht und lehnen es deswegen jetzt ab. Dann ist die Erinnerung und die Prägung, in Bezug zu diesem Essen, das, was uns leitet. Erst durch eine Befreiung davon, sind wir fähig, uns wirklich hinzugeben und alles ohne Vorbehalte einfach mal zu probieren, bzw. bewusst zu wählen. Und sicherlich erwischen wir immer mal wieder etwas, was uns nicht schmeckt. Das gehört dazu und das können wir nicht ausschließen. Doch dann können wir auch damit gehen und wir können uns nicht vorwerfen, es nicht probiert zu haben. So ist Hingabe auch immer mit Genuss und Freude verbunden. Anders ist keine Hingabe möglich. Zu genießen, wenn wir uns hingeben und es mit Freude zu tun. Wir dürfen uns voller Genuss und Freude an die Welt verschenken.

So eröffnen uns Vertrauen, Dankbarkeit und Hingabe die Welt eines erfüllten Lebens. Denn wenn wir uns der Veränderung öffnen können und begreifen können, dass Leben immer Veränderung bedeutet, dann erkennen wir auch, dass in jedem Moment, in dem wir stehen bleiben, verharren, festhalten oder Altes beibehalten wollen, wir uns gegen das Leben stellen. Gegen das Leben, das nur das Beste für uns will und in jedem Moment uns eine Möglichkeit offenbart, zu wachsen und ein erfülltes, glückseliges und im Kern schönes Leben zu leben. Weil wir nicht mehr streben oder kämpfen, verändern wollen oder getrieben sind, weil wir nicht mehr suchen oder das Gefühl haben, es fehlt noch etwas. Weil wir nicht mehr wertend ausschließen, sondern wertschätzend auswählen. Wir lernen, das Leben als das zu sehen, was es ist und es so zu leben, wie wir es wirklich aus uns heraus voller Hingabe und Dankbarkeit und im Vertrauen leben wollen. Wir lernen, bewusst



Universal Essential Life

aus der Fülle heraus zu wählen und aus der Fülle heraus alle Erfahrungen dankbar und mit Hingabe wertzuschätzen.

So kann es sein, dass das Leben sich vielleicht nüchterner zeigt, als wir es vielleicht bisher haben wollten oder geglaubt haben, dass es so wäre. Es fällt alles ab, was etwas Besonderes aus uns und den Momenten machen möchte, was erhöhen und erniedrigen möchte. Wir legen immer mehr den Pomp und den Schmodder ab und treten ein in die Klarheit des Lebens, die uns das Leben so zeigt, wie es wirklich ist. Dies kann vielleicht zu Phasen der Ernüchterung, der schockierenden Neutralität, der Unsicherheit, des Neusortierens, aber auch des Erstaunens über die Einfachheit und Klarheit führen. Gleichzeitig befreit es auch die kindlichen Qualitäten unserer Kindheit in uns, die unter den Bergen an Starrheit, Falschheit, Irrglauben, Verdrängung und unrealistischen Wunschprojektionen in die Zukunft, von Ausweichen, Vermeiden, Flucht, Angriff, Starre und ähnlichem Verschleiern und Verdrängendem, verborgen waren.

Diese Zeit führt so zu weiteren, intensiven aber zunehmend erfüllenderen Befreiungsschritten auf der emotionalen und mentalen Ebene. Und zu einem zunehmenden Erfahren der eigenen Freiheit und Weite. Es wird zunehmend lichter und damit auch leichter, mit den Veränderungen mitzugehen. Wir sehen und erfahren uns Selbst immer mehr als das, was wir als unsere eigentliche Seelenaufgabe wirklich leben wollen, als unser reines Seelenlicht, und richten uns zunehmend auf das Lichte und Gute aus, ohne das Dunkle und Schlechte zu verteufeln und auszuschließen. Die Neutralität der Mitte wird zunehmend unser innerer Zustand. Das bewirkt, dass sich die Transformationsprozesse noch schneller und schöner vollziehen, da wir nicht mehr an unseren bisherigen Gewohnheiten festhalten oder uns nur am Negativen oder Positiven festbeißen. Wir durchschauen uns Selbst zunehmend lichtvoll und können durch Vertrauen, Dankbarkeit und Hingabe diesem Lichtvollen, wie auch dem Nicht-Lichtvollen, zunehmend an Raum geben.

So können wir uns Selbst immer wieder neu entdecken. Und zwar mit allen Facetten des Menschseins und nichts ausschließend. Und vielleicht erkennen wir uns dabei nicht wieder, weil wir uns so sehr verändern und nichts mehr ist, wie es einmal war. Es ist die Zeit der großen und tiefen Veränderungen, die sich auch so langsam immer mehr im und durch das Außen zeigen. In Zeiten der Achterbahnfahrt der Gedanken und Gefühle, dürfen wir uns Selbst an die Welt verschenken.