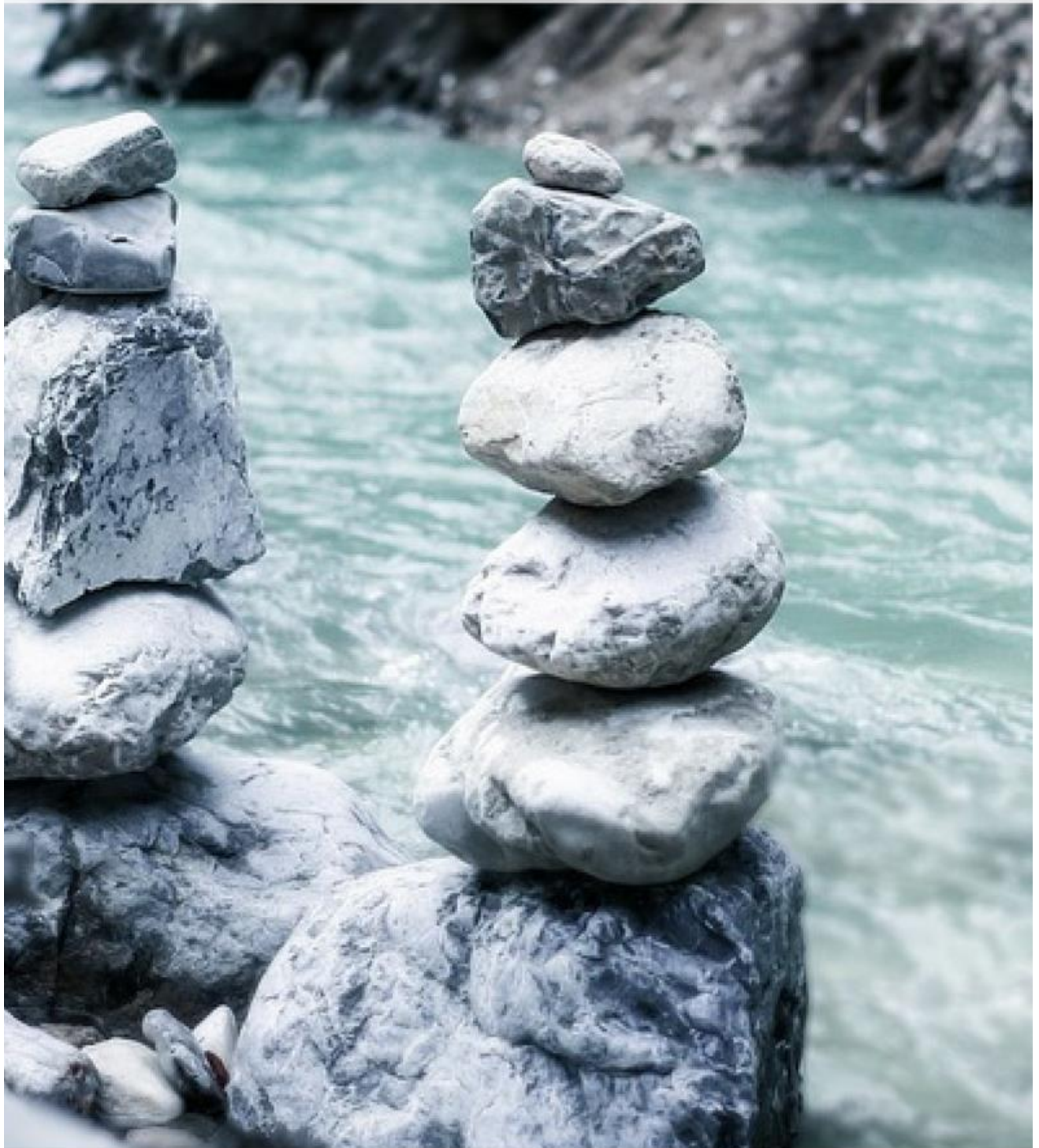


JENNIFER WEIDMANN



FLIESSEN  
Die Zeit des Vertrauens

JENNIFER WEIDMANN

# FLIESSEN

## Die Zeit des Vertrauens

### Der Magische Jahreskreislauf



**Achtung:** Die Arbeit mit diesem Buch ersetzt keine Behandlung beim Arzt oder ausgebildeten Psychotherapeuten. Alle Übungen übernimmt der Leser auf eigene Verantwortung. Es wird keine Haftung übernommen.

*Impressum*

*Jennifer Weidmann*

*Winderatt 4, 24966 Sörup*

*Deutschland*

*Jennifer.weidmann@gmx.de*

*Copyright 2016 – alle Rechte  
vorbehalten*

*Sämtliche Fotos wurden  
freundlicherweise von der  
Plattform pixabay.de gemeinfrei  
zur Verfügung gestellt.*



## FLIESSEN

### Die Zeit des Vertrauens

**In dieser Zeitqualität wird deine eigene Lebensschöpfung, dass was du gedacht, gesagt und getan hast, auf den Prüfstein gestellt.**

**War deine Schöpfung so rein und klar, dass du dir und dem, was du in die Welt gebracht hast, bedingungslos vertrauen kannst?**

**Kannst du loslassen, dich hingeben und einfach fließen in und mit den Ereignissen, die in deinem Leben geschehen?**

**Das einzige „Gesetz“ für dein Handeln im magischen Kreis lautet: „Tue, was du willst, schade niemandem!“ oder um es noch verständlicher und eindeutiger zu machen: „Tue, was du willst, schade niemandem, in Gedanken, Worten und Taten!“**

**Wenn man es schafft rein nach dieser Maxim zu leben, dann ist die Zeit des Fließens etwas Wunderbares. Im vollen Vertrauen in die eigene Schöpfung kann man sich fallen lassen und eintauchen in die Einheit. Mit dieser Hingabe ist es möglich die Zeitqualitäten wahrzunehmen und dementsprechend zu handeln.**

**Sich Hingeben und im Fluss zu sein, bedeutet nicht handlungsunfähig zu werden oder gar tatenlos alles mit sich geschehen zu lassen. „Im Fluss zu sein“ bedeutet viel mehr, dass man der bewusste Schöpfer des eigenen Lebens ist und das, was einem das Leben darauf hin als Resonanz bringt, ergreift und das Beste daraus macht. Denn das, was zu dir kommt, ist ja deiner Schöpfung, deinen Gedanken, Worten und deinem Handeln, entsprungen.**

**Und das ist die große Kunst des Lebens: Erkenntnis und Selbsterkenntnis: Dort, wo du jetzt stehst im Leben, mit allem, was du hast und bist, ist das Ergebnis deiner Schöpfung. Es ist das Ergebnis dessen, was du einst gedacht, gesagt oder getan hast.**



## Die Angst vor der eigenen Schöpfung

Ich wiederhole es noch einmal: Dort, wo du jetzt stehst im Leben, mit allem, was du hast und bist, ist das Ergebnis deiner Schöpfung. Es ist das Ergebnis dessen, was du einst gedacht, gesagt oder getan hast. Die Zeit des Fließens bietet dir die große Gelegenheit zu erkennen, wie sicher und wohl du dich in deiner eigenen Schöpfung fühlst.

Nehmen wir einmal ein Beispiel und einige von euch kennen dieses Beispiel vielleicht schon, aber es bietet sich einfach immer wieder an: ein Bekannter von mir wollte so gerne finanzielle Freiheit und Unabhängigkeit. Aber er war von Beruf Lehrer an einer Waldorfschule. Nichts mit finanzieller Freiheit und Unabhängigkeit. Mein Bekannter führte ein Ritual durch, schrieb auf einen Zettel seine sechstellige Wunschsumme, die er gerne pro Jahr verdienen wollte, tat diesen in einen Umschlag und hängte ihn unter tausenden von Zetteln an seine Pinwand. Monate zogen ins Land. Die einst so geliebte Lehrarbeit zog sich immer mehr wie eine Schlinge um seinen Hals, aber vor allem änderte sich über einen längeren Zeitraum hinweg das Arbeitsklima. Das, was einst so nett und freundlich war, wurde immer unerträglicher. Und es kam, wie es kommen musste, aus einer kleinen Lappalie entwickelte sich ein großes Drama. Das Ende vom Lied: das Arbeitsverhältnis wurde aufgehoben, mehr oder weniger Knall auf Fall.

So, jetzt hat man ja viele Möglichkeiten auf dieses Ereignis zu reagieren: Panik, Existenzsorgen und –ängste. Man könnte hektisch ins Röcheln kommen, um dringend wieder einen „Job“ zu bekommen oder man kann inne halten. Rückschau halten. Sich selbst fragen, wie konnte es dazu kommen und welchen Teil habe ich dazu beigetragen: Was habe ich mir „gewünscht“ oder „ersehnt“, was in diesem Arbeitsverhältnis einfach nicht möglich war (diese Frage geht übrigens immer gut, z.B. auch, wenn eine Beziehung in die Brüche geht: Was hast du dir „gewünscht“ oder „ersehnt“, was die Beziehung bzw. dein Partner nicht leisten konnte oder wollte). Hier war die Antwort natürlich schnell gefunden: Finanzielle Freiheit und Unabhängigkeit war in diesem Job nicht möglich zu erreichen. Also hat das Universum die Türen geöffnet, damit die nächsten Schritte gegangen werden konnten. Und mein Bekannter hat die Chance ergriffen, sich

selbstständig gemacht und ist nun auf dem Weg in seinem Herzensbusiness in die finanzielle Freiheit zu gelangen.

Doch häufig passiert etwas anderes: Die Angst vor der eigenen Schöpfung.

Wir sehnen uns nach unserer großen Liebe und geraten in Panik, wenn unser derzeitiger Partner uns verlässt. Wir sehnen uns nach dem Haus am Meer und geraten in Panik, wenn unsere Wohnung in der Stadt gekündigt wird, wir sehnen uns nach unserem Traumberuf und geraten in Panik, wenn uns der verhasste Job gekündigt wird. Gott sei Dank ist unserer Höheres Selbst (oder Seelenselbst) sehr geduldig mit unseren Ego-Sperenzchen.

Wir wünschen uns das „Eine“ und haben zeitgleich Angst vor der Veränderung, die unweigerlich kommen muss, damit das „Eine“ auch Einzug halten kann in unser Leben.

Aber es gibt noch mehr Gründe, warum man vermeintlich Angst vor der eigenen Schöpfung haben kann. Erinnere dich an das Einführungsmodul und die kosmischen Gesetze: Das Gesetz von Ursache und Wirkung: Das, was du in die Welt gibst, wird ganz klare Konsequenzen für dein Leben haben. Eigentlich kannst du jedes der Kosmischen Gesetze hier aufführen.

„Tue, was du willst und schade niemandem“ und es wird auch kein „Schaden“ zu dir zurück fließen. Aber wer von uns ist schon so perfekt und wer von uns hat schon den kompletten Überblick? Diese Maxime zu erfüllen ist eine Lebensaufgabe, ein Lebensweg.

Aber je mehr Bewusstsein du in dein Handeln gibst, in deine eigene Schöpfung, desto leichter kannst du die Dinge, die in dein Leben eintreten, annehmen. Auch, die vielleicht gerade nicht so angenehmen Dinge, weil du erkennst, dass alles seine Ordnung hat. Das jetzt ein Ausgleich für deine Gedanken, Worte oder Taten stattfindet. Das hat übrigens nichts mit Strafe oder so zu tun. Es ist einfach ein Ausgleich. Du gibst etwas hinein in die Welt und du bekommst es zurück von der Welt. Es passiert eben nichts aus „Zufall“ oder aus einer „Laune der Natur“ heraus. Weder im Großen noch im Kleinen. Alles hängt zusammen und du bist der Schöpfer deiner Realität. Und zeitgleich sind alle anderen Menschen auch Schöpfer ihrer Realitäten und gemeinsam erschaffen wir ein Zusammenleben. So kann es auch Dinge in deiner Realität geben, die nicht in deiner Schöpferhand liegen, wie der Tod von geliebten Menschen oder auch ihr Weggang in ein Leben ohne dich, schwere Krankheiten geliebter Menschen, schwere Schicksalsschläge geliebter Menschen. Das liegt nicht in deiner Hand und doch muss man es manchmal mittragen, weil man so stark mit dem anderen verbunden ist.

Die Zeit des Fließens und des Vertrauens ist eine Zeit in der wir unsere eigene Schöpfung durchschauen können: habe ich Liebe, Dankbarkeit, Wahrhaftigkeit in die Welt gegeben, so dass diese Dinge auch zu mir zurückfließen können oder war es doch mehr schattenbehafteter? Dann kann die Zeit des Fließens dich lehren, dass, was zu dir zurück kommt als Lehrprobe anzunehmen und von nun an bewusster zu schöpfen, damit die schöneren Dinge zu dir zurückfließen können.

**Aber in dieser Zeit können wir auch lernen, die Schöpfung der anderen Menschen anzunehmen, als das, was es ist: ihr ICH BIN Ausdruck in der Welt. Das muss uns nicht gefallen, wir müssen dem nicht zustimmen, wir können diese ICH BIN Ausdrücke auch verfluchen, hassen, dagegen ankämpfen, aber letztendlich liegen die ICH BIN Ausdrücke der anderen nicht in unserer Hand. Nur dein ICH BIN Ausdruck und das Licht und die Liebe, die du damit in die Welt bringst, sind für dich und dein Lebensweg von Bedeutung.**

**Die Zeit des Fließens kann uns lehren dies anzunehmen. Du musst keinen anderen und auch nicht die Welt retten. Du brauchst nur dich retten. Und wenn du dich rettest in dem du für den Regenwald oder Tiere oder, oder, oder kämpfst, dann ist das völlig in Ordnung. Wenn du mit deinem Licht andere erreichst, damit sie auch anfangen zu kämpfen, dann ist das auch in Ordnung. Das Wichtigste ist, dass du immer bei dir bleibst. Rüttle dich wach, nicht die anderen. Mit deinem Sein erreichst du die, die erreicht werden wollen.**

**Die Zeitqualität in der wir jetzt eintreten, ist eine wunderbare Zeit deine Schöpfung zu prüfen. Es geht darum zu schauen, wie gut du dich deinem eigenen Leben hingeben kannst. Wie sehr kannst du dir und deiner Schöpfung vertrauen.**

**Mit den Zeitqualitäten zu arbeiten, ist eine „Schichten“ Arbeit. Damit meine ich: man muss nicht gleich auf einmal sein ganzes Sein umkrempeln. Seelenarbeit geht Stück für Stück bzw. tiefer und tiefer. Man fängt an der Außenschicht an und arbeitet sich langsam in die Tiefe, bis man ins richtig Eingemachte kommt. Das geht mal schneller, mal langsamer. Je nachdem wie lange so mancher Dorn schon in uns steckt und danach ruft, endlich gezogen zu werden, um Heilung zu bringen, um den Schmerz zu nehmen, um endlich wieder durchatmen zu können.**

**Wir arbeiten uns nun Schicht für Schicht durch unser Sein, um uns zu erkennen, um unser Leben zu verstehen und um es bewusster zu ergreifen. Damit wir frei fließen können ohne Angst. Ohne Sorgen haben zu müssen, das gleich von hinten uns ein Dolch durchbohren wird. Ohne Angst, dass das Schicksal uns einen bösen Streich spielen könnte.**

**Das, was du hinein gibst in die Schöpfung, ist das, was zu dir zurück fließen wird.**

**Arbeiten wir daran, dass der Fluss unseres Lebens, hinaus und hinein, großartig und wundervoll ist und zukünftig sein wird.**

# Ängste

**VOR WAS HAST DU AM MEISTEN  
ANGST?**

**WAS WÄRE DAS SCHLIMMSTE WAS PASSIEREN  
KÖNNTE**

**WIE LENKST DU DEINE SCHÖPFUNG AUF DEINE  
ÄNGSTE**

**WAS DENKST DU, DASS DEINE ÄNGSTE  
REALITÄT WERDEN KÖNNTEN**

**WAS SAGST DU, DASS DEINE ÄNGSTE REALITÄT  
WERDEN KÖNNTEN**

**WAS TUST DU, DASS DEINE ÄNGSTE REALITÄT  
WERDEN KÖNNTEN**

# Vertrauen

AUF EINER SKALA VON 1 BIS 10: WIE SEHR  
VERTRAUST DU DEINER SCHÖPFUNG

IN DIESEN BEREICHEN

♥ MÖCHTE ICH MEHR  
VERTRAUEN

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....
- 4 .....
- 5 .....
- 6 .....

♥ HALTE EINEN  
MOMENT INNE.  
FRAGE DICH SELBST,  
WAS HAST DU  
GEDACHT, GESAGT  
ODER GETAN, WAS  
JETZT ALS  
BUMERANG NEGATIV  
ZU DIR ZURÜCK  
KOMMEN KÖNNTE?

♥ HIER BIN ICH NICHT IM FRIEDEN MIT MEINER  
SCHÖPFUNG:

VERTRAUEN= DIE KONSEQUENZEN DES EIGENEN HANDELNS  
ANNEHMEN KÖNNEN



## Buße tun

Auch wenn wir in der Vergangenheit nicht „ehrlich“ und auf der „positiven“ Entwicklungsspirale agiert haben, gleichgültig ob wir „schlecht“ gedacht, gesprochen oder gehandelt haben, ist es nie zu spät unseren Schöpfungsprozess kurz anzuhalten, um ihm einen Schubs in die „positiv“ drehende Richtung zu geben. Damit meine ich: du hast in jedem Augenblick deines Lebens die Möglichkeit dich neu zu entscheiden.

Du kannst dich entscheiden nicht mehr schlecht über dich oder jemand anderen zu denken. Du kannst dich entscheiden keine Unwahrheiten oder negativen Bemerkungen in die Welt zu streuen. Du kannst dich entscheiden keine negativen oder zerstörerischen Handlungen vorzunehmen. Die Entscheidung dazu bedarf nur einer Sekunde. Die Ausführung bedarf dann meistens ein wenig länger.

Aber wenn du „versuchst“ – kein Mensch ist perfekt, wir sind alle im Entfaltungsprozess – von nun an so ehrlich und aufrichtig wie möglich zu denken, zu sprechen und zu handeln, dann brauchst du keine Angst mehr vor deiner eigenen Schöpfung zu haben. Das, was du hinaus gibst in die Welt, ist das, was zu dir zurückkommen wird.

Je bewusster du deine eigene Schöpfung in die Hand nimmst und lenkst, desto leichter ist es im Strom der Erfüllung des eigenen Schicksals zu fließen. (Dazu gehört allerdings auch die Akzeptanz, dass das Schicksal der anderen Menschen nicht in unserer Hand liegt – dazu gehört auch Demut und die Fähigkeit die Kontrolle abzugeben – zu Kontrolle kommen wir noch in diesem Buch)

Je bewusster du dein eigenes Denken, Sprechen und Handeln wahrnimmst und beobachtest, desto verständlicher wird dir der Fluss deiner eigenen Schöpfung. Zusammenhänge und Ereignisse können so besser verstanden und eingeordnet werden.

Bevor wir uns das „Buße tun“ näher anschauen, hier eine kurze wichtige Anmerkung: Nicht jeder negative Gedanke, jedes negative Wort oder negative Handlung führt gleich unweigerlich zu einem Drama. Erwinnere dich daran, was ich im Einführungsbuch zum Gesetz der Ursache und Wirkung geschrieben habe: es gibt eine Zeitverzögerung zwischen

dem, was du in die Welt hinaus gibst und was daraus resultierend zu dir zurückkommt. (übrigens ändert sich diese Zeitverzögerung je bewusster du schöpfst: die Abstände werden kürzer zwischen Ursache und Wirkung). Das birgt auf der einen Seite den großen Nachteil in sich: dass der Zusammenhang zwischen Aktion und Reaktion in der Regel nicht so schnell erkannt werden kann. Es hat aber auf der anderen Seite auch den Riesenvorteil, dass du deine Handlungen und dessen Auswirkungen in die „positive“ Richtung korrigieren kannst.

Damit meine ich: du kannst deiner eigenen „negativen“ Schöpfung entgegen wirken, sobald du erkannt hast, dass das, was aus deinen Gedanken, Worten oder Handlungen resultieren könnte, nicht wirklich gut für dich ist. Hier gibt es zwei Möglichkeiten: wenn noch genug Zeit ist, dann kannst du freiwillig einen bewussten Ausgleich herstellen für deine „negative“ Schöpfung. Wenn dich die Auswirkungen deiner Schöpfung schon treffen, dann ist das Mittel der Wahl: in Demut die Konsequenzen der eigenen Schöpfung annehmen und daran arbeiten, dass man in dieses Loch nicht noch einmal fällt.

Um es zu verdeutlichen, möchte ich dir gerne zwei Beispiele aus meinem Leben erzählen:

In Demut die Konsequenzen der eigenen Schöpfung tragen:

Vor vielen Jahren habe ich meinen damaligen Lebenspartner zwei Jahre lang mit einem anderen Mann betrogen. Ich wusste natürlich, dass das nicht richtig ist, dass sich das nicht gehört, aber irgendwie war mir das auf der anderen Seite auch egal. Es war ein sehr egoistisches und vor allem verletzendes Verhalten, welches ich da an den Tag legte. Irgendwann zerbrach das Verhältnis und ich blieb noch weitere drei Jahre mit meinem Lebenspartner zusammen, aber die Lüge und der Verrat hingen wie eine dicke Wolke über unserer Beziehung. Und es kam, wie es kommen musste: wir trennten uns auf eine für mich harte Art und Weise. Ich hatte genau zwei Monate vorher für meinen Lebenspartner alles aufgegeben: meine Wohnung und meinen richtig gutbezahlten Job in Hamburg gekündigt, um zu ihm nach Frankfurt zu ziehen. Ich hatte noch nicht mal meine Umzugskartons alle ausgepackt, da verkündete er mir, dass es mich nicht mehr liebt und die Beziehung nun vorbei sei (und es gab auch schon eine andere Frau in seinem Leben mit der er seit Monaten ein Verhältnis pflegte. Da kam der Bumerang für mich herangerauscht). Ich packte eine große Sporttasche, setzte mich in den Zug und fuhr zurück nach Hamburg. Ich durfte netterweise die Couch im Wohnzimmer meiner Eltern beziehen. Ich hatte keinen Job, keine Wohnung, keinen Freund, ein paar Klamotten, mehr nicht. Und doch fühlte ich zum ersten Mal seit Jahren Frieden in mir. Auch wenn mein Ego stolz verletzt war, wusste ich, endlich hatte der Ausgleich stattgefunden. Das bedeutet in Demut die Konsequenzen der eigenen Schöpfung annehmen. Von da an, konnte ich wieder freier atmen und mein Leben neu angehen.

Einen Ausgleich herstellen:

Vor vielen Jahren, als ich einen Zeitlang am absoluten Existenzminimum mit meiner Familie leben musste, hatte ich eine Kassiererin im Supermarkt um 10,--€ betrogen, ganz bewusst. Ich wusste, dass es nicht korrekt ist, dass sie das Geld aus ihrer eigenen Tasche ausgleichen wird müssen und doch siegte das Ego, welches so unter finanziellem Druck stand, dass es das ehrliche Seelenbewusstsein einfach beiseiteschob. Aber mich plagten wirkliche Gewissensbisse. Ich wusste, dass ich falsch gehandelt hatte. Am nächsten Tag bin ich also wieder in den Supermarkt gegangen und gab der Frau die 10,--€ zurück. Sie war unglaublich erleichtert, denn auch sie war auf jeden Cent, den sie verdiente angewiesen. Aber ein Ausgleich bedeutet, dass man noch ein wenig darüber hinaus geben muss, um zu zeigen, dass man es ernst meint mit dem Schöpfungswandeln.

Ich arbeite damals für einen Hungerlohn in einer kleinen Buchhandlung. Diese befand sich in der Nähe von einem sogenannten „Sozialen Brennpunkt“. Auf der einen Seite riesige Villen mit fetten Autos und ein paar Straßen weiter, die Hochhaussiedlungen mit Menschen, die tagtäglich um ihre Existenz kämpfen mussten. Ein paar Tage nach dem 10,--€ Vorfall stand plötzlich ein Junge in meiner Buchhandlung. Er kam eindeutig aus der Hochhaussiedlung. Mit großen Augen starrte er die Bücher an und fragte mich schüchtern, ob es auch Bücher für Kinder gäbe. Ich ging mit ihm in die Kinderbuchabteilung und seine Augen leuchten. Gemeinsam schauten wir uns die Bücher an und ich merkte, wie in ihm die Sehnsucht nach Büchern erwachte. (da ich selbst so ein Bücherwurm bin, war gleich eine Verbindung zwischen uns da). Plötzlich stand seine Mutter neben uns und schimpfte den Kleinen an, was er denn hier im Laden wolle und er solle nicht auf die Idee kommen, dass sie für so ein überflüssiges Zeug Geld ausgeben würde und so weiter. Das Licht im Jungen erlosch so schnell, wie es gekommen war. Sie zog den Jungen aus dem Laden. Es brach mir fast das Herz und ich wusste, dieser Junge braucht ein Buch in der Hand. Ohne weiter darüber nach zudenken, nahm ich das Buch, welches er am sehnsuchtsvollsten in den Händen gehalten hatte, lief aus dem Laden und holte Mutter und Sohn gerade noch auf dem Bürgersteig ein. Ich fragte die Mutter, ob ich ihrem Sohn das Buch, welches ich in den Händen hielt, schenken dürfte. Sie pamppte mich gleich an, wenn ich mit meinem Geld nichts Besseres anzufangen wüsste, dann sei es ihr gleich. Und so gab ich dem Jungen höchstwahrscheinlich sein erstes Buch. Er war völlig sprachlos, brachte kein Wort heraus, aber ich fühlte, dass ich ihm gerade die Tür in eine neue Welt geöffnet hatte. Ohne ein weiteres Wort zog die Mutter mit ihrem Sohn von dannen. Ich habe sie nie wieder gesehen. Das Buch kostete mich meinen gesamten Lohn dieses Tages. Aber es störte mich nicht. Ich fühlte Frieden und das ich das Richtige getan hatte. Der Ausgleich war hergestellt worden, ohne dass ich im Moment der Handlung daran gedacht hatte. Aber hinterher fühlte ich es. Es ist eine besondere Art des Friedengefühls. An diesem Tag erkannte ich, dass wir einen bewussten Ausgleich herstellen können, wenn unsere Handlungen vorher die „negative“ Spirale angestoßen hatten.

Das ist für mich Buße tun: einen Ausgleich freiwillig herstellen oder in Demut die Konsequenzen tragen. Beides hilft dir im Fluss deiner Lebensschöpfung zu sein.

# Buße tun

MEIN WEG ZU EINER  
VERTRAUENSVOLLEN SCHÖPFUNG

1. Gibt es in deiner Schöpfung vergangene Gedanken, Worte oder Handlungen von denen du befürchtest, dass sie für dich negative Konsequenzen haben könnten? Schreibe sie auf. Habe den Mut dich selbst ehrlich anzuschauen.

2. Überlege dir, was du eventuell tun kannst, um einen positiven Ausgleich herzustellen. Was liegt im Bereich deiner Möglichkeiten. Übernehme die Kontrolle deiner Schöpfung.



Seelenanteile  
Der Kontrolleur / Die Durchlässige



## Ego-Kontrolleur vs. Seelen-Kontrolleur

Wenn der Ego-Kontrolleur in unserem Leben die Kontrolle übernimmt, dann kann es ein ziemlich nerviger Zeitgenosse sein, vor allem für die Menschen in deiner Umgebung. Der Ego-Kontrolleur bestimmt nämlich nicht nur gerne das eigene Leben, sondern viel mehr noch über das Leben der anderen. Der Ego-Kontrolleur weiß immer, was für die anderen am besten ist und sagt ihnen, was sie tun und was sie lassen sollen und fühlt sich tief gekränkt, wenn die anderen Menschen nicht so handeln, wie er es gesagt hat.

Der Ego-Kontrolleur übernimmt das Lebensruder, wenn einem das Vertrauen in die eigene Schöpfung und die Gerechtigkeit des Universums verloren gegangen ist. Er ist nicht im Fluss des Lebens, sondern versucht krampfhaft jegliche Veränderungen im Lebensgeschehen zu vermeiden. Wenn der Ego-Kontrolleur aktiv ist, dann zeigt es sich u.a. in folgenden Ausdrucksformen:

- den anderen Menschen sagen, was sie tun und lassen sollen (und zwar in allen Bereichen: beruflich, privat, in Beziehungen. Es geht sogar so weit, dass der Ego-Kontrolleur anderen erzählt was sie essen sollen, was sie anziehen sollen. Über alles will er die Kontrolle haben und kann es nicht akzeptieren, dass der andere Mensch ein eigenes Schicksal und vor allem einen eigenen Freien Willen hat)
- der Ego-Kontrolleur ist immer und überall überpünktlich
- extrem kritisch, den Fehlern anderer Menschen gegenüber oder extrem den eigenen Fehlern gegenüber
- hat Angst etwas falsch zu machen, sich bloß zu stellen, ausgelacht zu werden
- Regel sind Gesetz (ohne darüber nachzudenken, ob diese Regeln sinnhaft und für einen selbst tragbar sind)

**Achtung:** um es nicht falsch zu verstehen. Menschen, die sehr bestimmt sind von ihrem Ego-Kontrolleur sind keine schlechten oder bösen Menschen. Sie meinen es durchaus gut mit den anderen Menschen, auch wenn sie sie extrem mit ihren Vorgaben einzuengen versuchen. Der Ego-Kontrolleur tritt gerne als „Schutzmacht“ auf die Bühne, wenn man eigentlich zu durchlässig ist, zu feinfühlig, zu wenig Grenzen hat,

sprich eigentlich zu wenig Kontrolle über die Einflüsse, die von außen auf einen einströmen. Der Ego-Kontrolleur versucht hier ein Gegengewicht zu schaffen.

Wichtig in diesem Fall ist allerdings zu erkennen, dass man statt dem Seelen-Kontrolleur, den Ego-Kontrolleur aktiviert hat. Dass es nicht hilfreich ist, den Kontrolleur zu verdammen, denn er hat ja versucht gute Dienste zu leisten, sondern ihn in Dankbarkeit verabschiedet, um den Seelen-Kontrolleur nun an dessen Stelle zu setzen.

Der Seelen-Kontrolleur hilft uns, unsere eigenen Grenzen zu erkennen und zu wahren. Er kontrolliert alles, bevor es in uns hineinfließt, ob es uns gut tut oder nicht, ob es unseren hohen Werten entspricht oder nicht. Der Seelen-Kontrolleur ist wie alle Seelen-Anteile sehr fein und behutsam. Er lässt den anderen Menschen ihre Freiheit und mischt sich nicht in ihren Freien Willen ein (Achtung: wir reden hier vom Zusammenspiel zwischen erwachsenen Menschen. Bei Kindern müssen wir spezifizieren, doch das würde jetzt hier den Rahmen des Moduls sprengen). Doch der Seelen-Kontrolleur achtet gut darauf, dass der Freie Wille, der anderen Menschen, nicht über unsere Grenzen geht und uns schaden könnte.

Der Seelen-Kontrolleur ist ein extrem wichtiger Verbündeter in unserem Leben, den wir unbedingt aktiviert haben sollten, um uns nicht zu verausgaben, um nicht ausgelaugt zu werden von außen kommenden Energien. Der Seelen-Kontrolleur übernimmt bewusst die eigene Schöpfung und weiß, dass er auch die Verantwortung trägt für sein Handeln. Aber auch nur für sein Handeln. Er ist in keiner Weise verantwortlich für das, was andere so anstellen in ihrem Leben. Aber er kann die Grenzen ganz klar aufzeigen und mit Liebe aufrechterhalten.

Um den Seelen-Kontrolleur zu aktivieren bedarf es zu aller erst Selbstliebe, Selbstachtsamkeit und Selbstrespekt. Es steht dir zu, gut auf dich zu achten, auf deine Grenzen aufzupassen und aktiv an deiner Schöpfung zu arbeiten. Es steht dir zu ein gutes, erfülltes, glückliches Leben zu führen und dein Seelen-Kontrolleur hilft dir dabei. Er verleiht dir den Mut zu dir und deinen Bedürfnissen zu stehen, den Mut Regeln zu hinterfragen, menschliche Gedankenkonstruktionen zu hinterfragen und das Beste für dich herauszufinden. Er hilft dir zu erkennen, was du brauchst in deinem Leben, um dich wohlfühlen, um vertrauensvoll im Fluss des Lebensstroms fließen zu können.

Und wie immer gilt: der erste Schritt zur Veränderung ist die Selbsterkenntnis. Ich wünsche dir nun viel Freude beim Ausfüllen der nächsten zwei Fragebögen, auf den Spuren deines Ego- und deines Seelen-Kontrolleurs.

# MEIN EGO-KONTROLLEUR

IN DIESEN BEREICHEN DRÜCKE ICH MEINEN EGO-KONTROLLEUR AUS

DIESEN MENSCHEN SAGE ICH, WAS  
SIE TUN UND LASSEN SOLLEN

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

IN WELCHEN BEREICHEN SAGE ICH IHNEN  
DAS

- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

HIER FÄLLT ES MIR SCHWER MEINE  
GRENZEN ZU ERKENNEN

Nach und nach kann ich nun meinen  
Ego Kontrolleur gehen lassen und  
aktivere immer mehr meinen  
Seelen-Kontrolleur

ICH BIN MEINEM EGO-KONTROLLEUR DANKBAR FÜR:

# MEIN SEELEN-KONTROLLEUR

IN DIESEN BEREICHEN FANGE ICH AN MEINEN SEELEN-KONTROLLEUR AUSZUDRÜCKEN

IN DIESEN BEREICHEN WERDE ICH  
VON NUN AN BESSER MEINE  
GRENZEN WAHREN

IN DIESEN BEREICHEN WERDE ICH JETZT  
MEINE SELBSTLIEBE UND SELBST-  
ACHTSAMKEIT PFLEGEN UND  
AUSDRÜCKEN

SO KANN ICH MICH SELBST RICHTIG  
VERWÖHNEN

Ich lade nun meinen Seelen-  
Kontrolleur ein mir bei meinem  
Schöpfungsprozess aktiv und  
wohlwollend zur Seite zu stehen

ICH BIN MEINEM SEELEN-KONTROLLEUR DANKBAR FÜR:



## Ego-Durchlässigkeit vs. Seelen-Durchlässigkeit

Wie schon beim Ego-Kontrolleur beschrieben, steht hinter diesem Ego-Anteil sehr häufig die Ego-Durchlässigkeit. Wenn man Ego-Durchlässig ist, bedeutet es, dass sämtliche Energie von außen kommend ungehindert in unser System hineinfließen.

Wir fühlen, was der andere fühlt. Wir haben Schmerzen, die der andere hat. Generell ja gar nicht so schlimm, würde es uns energetisch nicht überfordern. Wer will schon Schmerzen haben, die nicht zu einem gehören und schon gar nicht, wenn man nicht weiß, von wo oder von wem sie gerade herkommen. Ein anderer riesiger Nachteil der Ego-Durchlässigkeit ist, dass es uns energetisch die Kräfte raubt. Andere Seelen können, häufig auch unbewusst, sich bei uns aufladen. Die Ego-Durchlässige gibt einfach ihre Energien ab, solange bis nichts mehr da ist und man sich völlig am Ende und kraftlos fühlt.

In spirituellen Kreisen macht dann gerne das Wort „Energievampire“ die Runde. Damit säumt man allerdings das Pferd von hinten auf. Das „Problem“ liegt nicht bei dem, der deine Energien raubt. Das „Problem“ liegt bei dem, der sich seine Energie rauben lässt.

Menschen, die der Ego-Durchlässigkeit unterliegen, fühlen ja, dass irgendetwas energetisch nicht rund läuft, und aktivieren, zu meist unbewusst, den Ego-Kontrolleur, um sich zu schützen. Das klappt jedoch selten gut, denn die Ego-Anteile arbeiten nicht gut zusammen. Das bedeutet, dass man dann sowohl den Ego-Kontrolleur in sich aktiviert hat und zeitgleich die Ego-Durchlässige wirkt.

Und wieder einmal liegt die Kunst darin, beide Anteile auf der Seelenebene zu erwecken und mit ihnen zusammen zu arbeiten.

Gerade, wenn du in irgendeiner Form energetisch tätig bist, oder mit kranken oder hilfesuchenden Menschen zu tun hast, ist es wichtig auf der einen Seite „durchlässig“ zu sein, um Empathie aufbauen zu können, aber auf der anderen Seite auch geschützt zu sein, damit deine eigenen Energien nicht von dir abgezogen werden und du in deiner Kraft bleiben kannst. Ja, das ist eine Gratwanderung und es erfordert immer wieder bewusstes Nachspüren und Hinschauen.

**Vor allem aber ist es wichtig, die eigenen Grenzen zu erkennen, wahrzunehmen und sich gut darum zu kümmern.**

**Auf der folgenden Seite findest du einen Fragebogen, der sich mit deinen Grenzen beschäftigt.**

**Die eigenen Grenzen zu ehren ist wirklich wichtig, um sich nicht zu verausgaben und irgendwann ausgebrannt das eigene Leben zu verdammen. Und gerade Menschen, die sehr sensibel sind, sehr durchlässig, laufen häufig Gefahr über ihre Grenzen hinaus zu agieren.**

**Das Problem in unserer Gesellschaft ist, dass die Wahrung der eigenen Grenzen oft nicht gerne gesehen wird. Überstunden werden verlangt im Beruf, noch schnell einen Kuchen backen für das Schulfest, eine Einladung von einem Bekannten wahrnehmen, während man eigentlich nur müde ist und seine Ruhe haben will. Und was machen wir meistens? Entweder wir erledigen artig alle gestellten Herausforderungen, schließlich gilt es zuverlässig zu sein, wir erfinden eine Lüge, um nicht alles machen zu müssen und irgendwann werden wir vielleicht richtig krank, um aus der Sache herauszukommen. Wenn wir uns hinstellen und sagen, „das ist mir gerade alles zu viel und ich mach das jetzt nicht“, dann fühlen sich die anderen Menschen häufig auf die Füße getreten. Ein echtes Dilemma.**

**Aber letztendlich ist es wichtig, dass du auf dich und deine Gefühle hörst. Und natürlich hinterfragst: Warum ist es zu viel? Warum möchtest du es nicht machen?**

**Im gesellschaftlichen Leben eingebunden zu sein, ist nicht immer einfach und eine Gratwanderung zwischen dem, was man selbst will und braucht und dem, was mein Gegenüber gerade will und braucht. Im Zusammenleben, gleichgültig ob nun in einer Partnerschaft, familiär, beruflich, freundschaftlich, gilt es daher in jedem einzelnen Bereich eine Lösung zu finden, die für einen selbst gut ist und auch für den anderen sich gut anfühlt. Bis man diesen Punkt gefunden hat, kann es einige Reibereien geben und Spannungen. Aber es lohnt sich gemeinsam dran zu bleiben, um eine gute Gemeinschaft aufzubauen.**

**Ich wünsche dir nun gute Eingebungen beim Ausfüllen des „Grenz-Fragebogens“.**

# GRENZEN ERKENNEN MIT MENSCHEN

DIESE MENSCHEN  
STRENGEN MICH  
AN

<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....

DAS KÖNNTE ICH  
ÄNDERN BEIM  
NÄCHSTEN  
TREFFEN

DARUM  
STRENGEN SIE  
MICH AN

.....
.....
.....
.....
.....

DAS SIND MEINE  
ANTEILE DARAN

<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....

# GRENZEN ERKENNEN IN SITUATIONEN

DIESE SITUATIONEN  
STRENGEN MICH AN

<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....

DAS KÖNNTE ICH  
ÄNDERN BEIM  
NÄCHSTEN  
TREFFEN

DARUM  
STRENGEN SIE  
MICH AN

.....
.....
.....
.....
.....

DAS SIND MEINE  
ANTEILE DARAN

<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....
<input type="checkbox"/>	.....



Seelentier  
DELPHIN



## Die Seelenmacht der Delphine

Mit den Delphinen können wir uns ein Seelentier an die Seite holen, die die Botschafter einer anderen Welt sind. Wenn du in diversen Krafttier-Büchern nachschlägst, werden oft die Merkmale Verspieltheit, Lebensfreude, Leichtigkeit und Kreativität in den Vordergrund gestellt.

Sicherlich tragen die Delphine all diese Eigenschaften als Qualitätsmerkmale in ihrem Sein. Doch bleiben diese Merkmale weit unter der besonderen Energie, die diese Tiere in sich tragen. Wer einem Delphin mal Nahe sein durfte, der wird bestätigen, dass sie eine Energie in sich tragen, die nicht mehr von dieser Welt zu sein scheint, nach deren Existenz wir uns aber fast alle sehnen: im Frieden in der Einheit und mit dem Leben auf Erden sein.

Delphine können uns das lehren, was wir in der „Zeit des Vertrauens“ in unser Leben immer mehr integrieren können: Das Fließen im Strom unseres Lebensflusses. Es gilt aus jeder Situation, die dir im Leben entgegen tritt, das Beste zu machen. Nicht immer ist das Meer ruhig und friedlich. Gewaltige Stürme können es aufwirbeln und aufbrausen lassen. Wellen schlagen meterweit in die Höhe. Doch so wild und gefährlich das Wasser auch an der Oberfläche sich zeigt, so ruhig und still ist es in der Tiefe.

Manchmal ist auch unser Leben im Außen ein einzig wildes Meer. Die „Schicksalswellen“ türmen sich meterhoch vor uns auf und alles scheint dem Untergang und der Zerstörung geweiht. Hier liegt die große Kunst darin, sich tief im Inneren mit dem Frieden zu verbinden, um so in Ruhe und vor allem mit Klarheit die Stürme des Lebens zu durchwandern. Anstatt von den machtvollen Wellen hin und her geschmissen zu werden.

In Zeiten, wo das Meer dann wieder ganz ruhig und ja, fast schon gelangweilt vor uns liegt, gilt es, hervor zu kommen, zu spielen, kreativ zu sein, die Schönheit der Ruhe zu genießen, sich mit dem Meer verbinden und treiben lassen an ferne unbekannte Ufer.

Immer verbunden mit dem Element Wasser, können Delphine uns in den stürmischsten Zeiten unseres Lebens, Ruhe und Klarheit bringen. Sie erinnern uns daran, nicht der

Spielball unseres Schicksals zu sein, sondern aktiv das Meer des Lebens zu durchpflügen in Leichtigkeit und mit Liebe zum Leben und allem, was sich darin befindet.

Das ist nicht immer leicht und gerade in Zeiten, wo es uns nicht gut geht, wo wir vor emotionaler Verletzungen lieber wild um uns schlagen würden, stellt „Frieden im Inneren finden“, eine enorm große Herausforderung dar.

Dies ist die Zeit, um die Delphine an deine Seite zu rufen mit der Bitte, dass sie ihre Energie mit dir teilen, dass sie dir helfen dich an deinen inneren Frieden zu erinnern, dass sie dir zeigen, wie du nun am besten die Stürme des eigenen Lebens durchschwimmen kannst, ohne das Gefühl zu haben, ertrinken zu müssen.

Um in „schweren“ Zeiten effektiv mit der Energie der Delphine arbeiten zu können, ist es ratsam in Zeiten wo das Lebensmeer ruhig und friedlich ist, dich mit deinen Seelentieren Delphine zu verbinden, sie kennen zu lernen, ihre Botschaften deuten zu lernen.

Dies gelingt besonders gut in Zeiten, wo das Element Wasser die Vorherrschaft hat, wie jetzt die Zeit des Fließens/Vertrauens. Hier haben die Delphine ihre Hoch-Zeit.

Arbeite in dieser Zeit ruhig öfters mit der beigefügten Mediation und rufe die Delphine in deiner Meditation oder kurz vor dem Einschlafen oder gleich nach dem Aufwachen.

Delphine wollen helfen und kommen eigentlich immer, wenn man sie ruft. Gehe mit ihnen eine Verbindung ein, lerne ihre Energien kennen und wie du diese Energie in deinem eigenen Inneren aktivieren kannst.

Sie können dir helfen das Element Wasser immer besser zu verstehen und für dich positiv zu nutzen. Sie können dir beibringen Frieden zu finden, Leichtigkeit zu finden und vor allem das Vertrauen zu finden, dass du nicht „ertrinken“ wirst, wenn das Lebensmeer anfängt wild zu werden, anfängt stürmisch zu werden. Sie lehren dich, wie du durch die stürmischen Zeiten hindurch kommst und trotzdem Meister deines eigenen Lebens bleiben kannst.

Du bist dann nicht mehr Spielball der Ereignisse und doch trägst du ein Gefühl der Lebensverspieltheit in dir, denn du hast die Situation unter Kontrolle. Du kannst deine Emotionen erkennen, deuten, und für dich in die richtige Richtung lenken. Du brauchst nicht mehr wild um dich zu schlagen oder gar zu ertrinken.

Ich wünsche dir eine wundervolle Verbindung zu deinen Delphinen. Es ist besonders dich mit ihrer Kraft und Energie zu vereinen und sie im eigenen Leben zu integrieren.

## Traumreise „Botschaft der Delphine“

Suche dir einen schönen, ruhigen Platz aus. Setze oder lege dich dort bequem hin. Lass deinen Atem, ganz in deinem Rhythmus, fließen. Ein und aus. Ein und aus.

Und wenn noch nicht geschehen, dann schließ jetzt deine Augen. Tauche nun ein mit mir in die Welt deiner inneren Bilder. Lass deine Gedanken einfach ziehen. Sie kommen und gehen.

Lenke nun deinen Fokus auf dein drittes Auge. Es liegt unsichtbar zwischen deinen beiden anderen Augen. Tauche von hier ein in deine innere Seelenwelt und lass dich von mir mitnehmen auf eine fantastische Reise zu den Delphinen.

Vielleicht siehst du gleich die Bilder, die ich beschreibe, vielleicht fühlst du sie oder denkst du sie. Vielleicht bleibt auch alles schwarz und du folgst einfach nur meiner Stimme. So wie die Reise jetzt zu dir kommt, ist es genau richtig.

Stelle dir nun vor, wie du auf einer wunderschönen Blumenwiese stehst. Die Sonne scheint warm und freundlich vom Himmel, alles ist ruhig und friedlich. Du schaust dich um und siehst ein wunderschönes Haus nicht weit von dir entfernt. Es ist dein Seelenhaus und du kannst es besuchen, wann immer dir danach ist. Doch heute geht deine Reise wo anders hin.

Während du auf deiner wundervollen Blumenwiese stehst, hörst du plötzlich ein Plätschern. Du folgst diesem Geräusch und du siehst wie von deiner Blumenwiese ein Pfad in einen Wald hineinführt. Du folgst diesem Pfad und gehst in den Wald hinein. Der Wald heißt dich willkommen und umschließt dich freundlich mit seinem Blätterdach. Während du dem Pfad folgst, wird das Plätschern immer lauter. Da öffnet sich der Wald ein wenig und du stehst auf einer wunderschönen Lichtung. Du erkennst, dass das Plätschern einer wunderschönen Quelle entspringt. Sprudelnd ergießt sich das Quellwasser aus einem Stein hinein in ein kleines schmales Bächlein, welches munter tief in den Wald hinein verläuft.

Du fühlst den inneren Sog dem Bächlein zu folgen. Du siehst wie klar das Quellwasser ist, erkennst bunte Steine am Grund und wenn du die Hand hinein hältst, fühlst du die erfrischende Kühle und Klarheit dieses reinen Quellwassers.

Je weiter du dem Bachverlauf folgst, bemerkst du wie der Bach anfängt breiter und breiter zu werden und sich langsam in einen kleinen, sanft fließenden Fluss verwandelt. Da siehst du wie am Ufer des Flusses ein Holzboot steht. Du fühlst, wie es dich einlädt einzusteigen und du nimmst diese Einladung an.

Sobald du im Boot bist, fängt es ganz von alleine an mit der Strömung des Flusses zu fließen. Es gibt keine Ruder im Boot und nichts womit du es von Hand lenken könntest. Und doch hast du die Macht das Boot zu kontrollieren, rein durch deine Gedankenkraft, die auch von deinen Gefühlen beeinflusst werden.

Es liegt nun an dir, die Kontrolle deines Bootes zu übernehmen und es sicher auf dem Fluss zum Meer hin zu lenken. Fokussiere deine Gedanken, fließe mit dem Strom des Flusses, gib dich dem Fluss hin, angstfrei, sorgenfrei. Es kann dir nichts passieren. Das Wasser des Flusses hört auf deine Gedanken. Du entscheidest, wie schnell du fließen möchtest, langsam und gemächlich oder schnell und aufregend. Du hast die Kontrolle. Bringe dich und dein Boot nun sicher zum Meer hin.

Je geübter du in der Kontrolle deines Bootes bist, desto entspannter und freier kannst du die Umgebung wahrnehmen. Du siehst, was sich am Ufer abspielt, du hast die Muse ins Wasser zu schauen und den Fischen zu zusehen. Fließe mit dem Strom und sei Zeitgleich derjenige, der die Kontrolle über den Strom behält. Das bedeutet eins sein und Schöpfer sein zugleich.

Langsam wird der Fluss immer breiter und breiter und du hörst schon die Brandung der Wellen. Das Meer ist nun nicht mehr weit entfernt. Es geht noch einmal um eine Biegung des Flusses und schon fließt dein Boot hinein in das große, weite Meer.

Dein Boot schaukelt sanft mit den Wellen des Meeres. Die Sonne scheint warm und freundlich vom Himmel. Du bist hier sicher und geborgen, alles ist in deiner Kontrolle, in deiner Macht.

Da hörst du plötzlich ein Fiepen neben deinem Boot. Du beugst dich hinüber und siehst wie ein Delphin direkt neben dir seinen Kopf aus dem Wasser streckt. Es scheint fast so, als würde er dich anlächeln. Und nun tauchen noch mehr Delphinköpfe aus dem Wasser. Du hast das Gefühl, als hätten sie nur auf dich und deine Ankunft im Meer gewartet.

Du fühlst, wie sie dich einladen mit ihnen ins Wasser einzutauchen. Die Zeit ist nun für dich gekommen, dein Boot, welches dich sicher durch den Fluss ins Meer hinein getragen hat, zu verlassen. Und auch jetzt brauchst du keine Angst vor dem Wasser zu haben. Es wird dich sicher tragen und vor allem, wirst du weiter atmen können.

Beherzt tauchst du ein in das Wasser des Meeres und wirst sofort freundlich von den Delphinen willkommen geheißen. Sie laden dich ein mit ihnen zu kommen und du darfst dich bei dem Delphin, der dich als erstes begrüßt hatte an der Flosse festhalten. Du schmiegst dich an seinen Körper und fühlst wie ihr fast eins werdet und schon geht deine tolle Reise durch das Meer los. Während ihr durch das Wasser pflügt, fühlst du die Lebensfreude der Delphine, ihre Verbundenheit zu einander und zum Wasser.

Sie tauchen mit dir hinein in die Tiefe des Ozeans, an einem wunderschönen, buntleuchtenden Korallenriff entlang, und durch einen Tunnel, bevor ihr wieder an der Wasseroberfläche auftaucht.

Du siehst wie ihr euch nun in Mitten eines Atolls befindet. Er ist kreisrund und hier seid ihr sicher und geschützt. Du bleibst auf dem Rücken deines Delphins liegen, während alle anderen Delphine um euch herum einen Kreis bilden.

Sie fangen nun zeitgleich an zu singen und du fühlst, dass es eine Botschaft für dich ist. Du schwingst dich ein in ihr Singen und verstehst plötzlich die Töne und was die Delphine dir jetzt Wichtiges mitteilen möchten.

Lausche nun deiner ganz persönlichen Botschaft deiner Delphine.....

Du nimmst die Botschaft der Delphine tief in dir und deinem Herzen auf. Ihre Botschaften sind immer rein und klar, getragen von Liebe, Mitgefühl und tiefer Verbundenheit.

Die Zeit ist nun gekommen zurück zu kehren. Du hältst dich wieder gut an der Flosse deines Delphins fest und schon geht es wieder hinab in die Tiefen des Wassers. Hinein in den Tunnel durch den ihr gekommen seid, vorbei am wunderschönen Korallenriff, wieder hinaus ins offene Meer. Ihr taucht wieder an der Oberfläche auf. Du fühlst den Wind, die Sonne, die Lebensfreude, die Kraft und den Elan. Du fühlst dich voller Energie und lebendig.

Die Delphine bringen dich sicher zum Strand. Die Zeit ist nun gekommen von deiner Delphingruppe Abschied zu nehmen. Du bedankst dich bei ihnen, dass sie dich so freundlich in ihrer Gruppe aufgenommen haben und für ihre wertvolle Botschaft an dich.

Du weißt, dass du jederzeit zurück zum Meer und zu deiner Delphingruppe kommen kannst. Wenn du sie rufst, werden sie kommen, um mit dir zu schwimmen, dich teilhaben zu lassen an ihrer Kraft und Lebensfreude, um dir ihre Botschaften zu kommen zu lassen. Von nun an bist du jederzeit bei ihnen willkommen, wenn du ehrlich und mit reinem Herzen zu ihnen kommst.

Ein letztes Mal tauchen ihre Köpfe aus dem Wasser heraus, bevor sie abtauchen und mit den Wellen verschwinden.

Du stehst nun an einem weichen, warmen Sandstrand. Du siehst wie nicht weit von dir ein kleiner Pfad gesäumt mit wunderschönen Wildblumen vom Strand wegführt. Du nimmst diesen Pfad und folgst ihm. Du kommst an einen Wald. Dein Pfad schlängelt sich durch den Wald, der voller Leben und Weisheit steckt.

Und nach kurzer Zeit erkennst du wo du bist. Du hörst wieder das Plätschern, welchem du am Anfang deiner Reise gefolgt bist. Und da trittst du auch schon hinaus auf die Lichtung von der aus deine wundervolle, lebensspendende Quelle entspringt. Du bedankst dich bei der Quelle für die Reise, die du heute mit ihrer Hilfe machen durftest und gehst weiter den Pfad entlang zurück zu deinem Seelenhaus und deiner Blumenwiese.

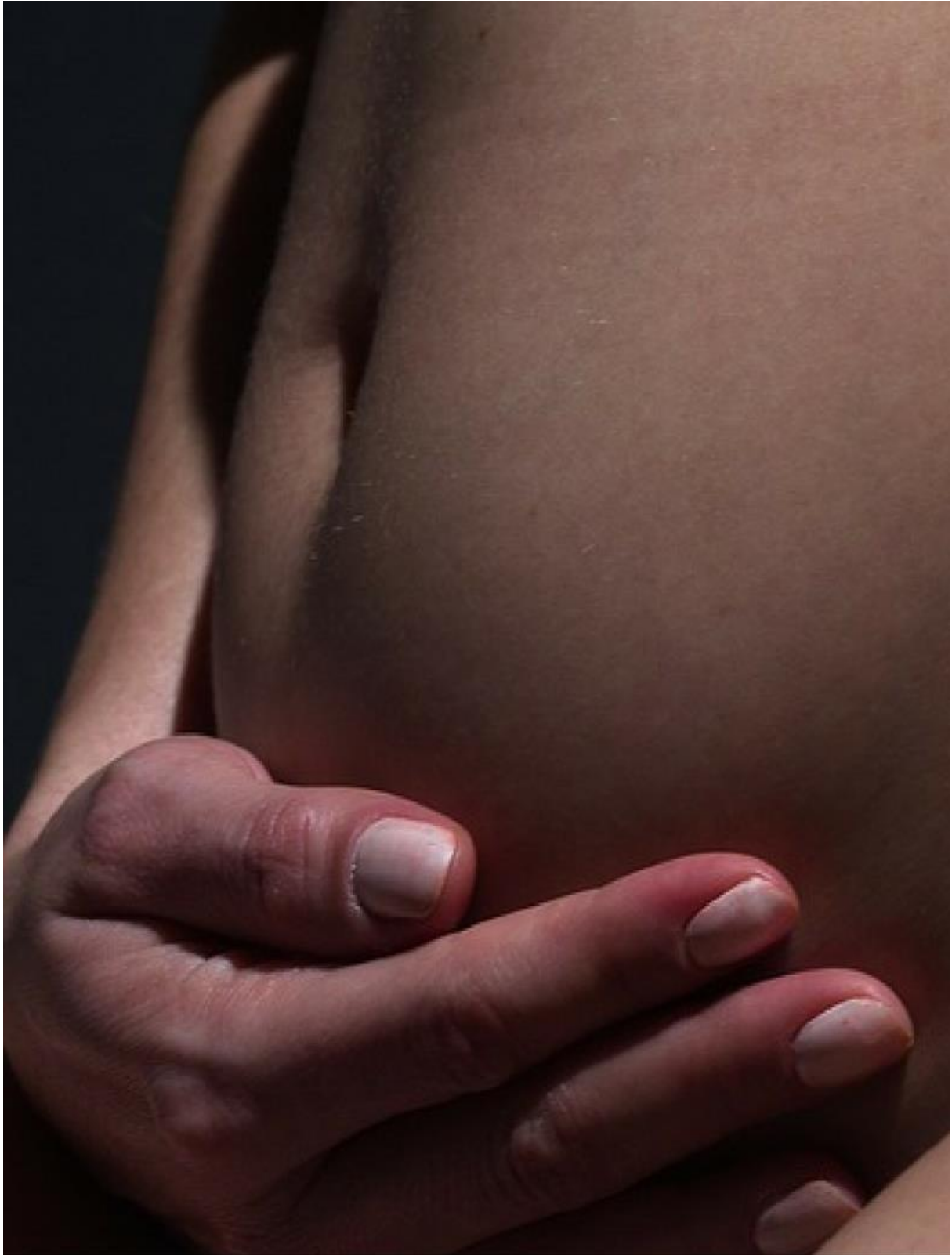
Du kommst auf deiner Blumenwiese an. Die Sonne scheint immer noch warm und freundlich vom Himmel. Du hast heute eine große Reise getan. Du trägst die Botschaft deiner Delphine im Herzen. Du trägst die tiefe Verbundenheit zu deiner Delphinfamilie in deinem Herzen. Du weißt, dass du sie jederzeit in deinen Träumen und in deinen Meditationen besuchen kannst.

**Du atmest noch einmal tief ein und aus. Die Zeit ist gekommen zurück zu kehren ins Hier und Jetzt.**

**Langsam fängst du an dich zu recken und zu strecken. Du fängst wieder an kräftiger zu atmen und wenn noch nicht geschehen, öffnest du nun wieder deine Augen.**

**Du bist nun wieder ganz im Hier und Jetzt angekommen.**

**Willkommen zurück.**



# INTUITION



## Dem Bauchgefühl folgen

Eines der besten „Instrumente“, um den Seelenweg, bzw. den Weg des Seelenplans zu erkennen, ist das innere Bauchgefühl oder auch Intuition genannt.

Je mehr du den Mut hast deiner Intuition zu folgen, desto „wunderbarer“ wird dein Leben, desto mehr kommst du in den Fluss deines Seelenplans, desto einfacher erkennst du die Türen, durch die du gehen musst, um deine Wünsche, Träume und Hoffnungen in Erfüllung zu bringen.

Das Problem mit der Intuition: es ist ein zartes, kleines Bauchgefühl, welches häufig gegen den lauten logischen Verstand wirkt und bei mangelndem Mut oder Vertrauen dem Verstand unterliegt.

Manchmal ist das Bauchgefühl auch ganz stark. Wir fühlen, dass dieser eine Weg, der absolut richtige für uns ist. Doch zwischen Gefühl und den Weg auch einschlagen, liegen häufig Welten. Der Verstand bringt als erstes logische Argumente ins Feld, warum der intuitive Weg auf gar keinen Fall der richtige sein kann und dann kommt zur Krönung noch die Außenwelt dazu, die auch ihre Meinung zu deinem intuitiven Weg abgeben muss, und in der Regel auch nicht unterstützend, sondern dagegen argumentierend.

Es erfordert einiges an Mut und Vertrauen zu seiner Intuition zu stehen. Und ja, natürlich verwechselt man auch mal Intuition mit anderen emotionalen Willensäußerungen und der eingeschlagene Weg entpuppt sich als Sackgasse. Das nennt man Lebenserfahrung. Doch je mehr man zu unterscheiden lernt zwischen Intuition, Ego-Wille, emotionalen Forderungen und logischem Verstand, desto sicherer kannst du den Weg der Intuition einschlagen und ich kann nur aus eigener Erfahrung berichten: der intuitive Weg hat mich noch niemals „falsch“ geleitet. Er brachte mich immer ein Stückchen weiter auf meinem Seelenplanweg, hin zur Erfüllung meiner Bestimmung.

Und ja, die intuitiven Eingebungen sind manchmal nach außerscheinend wirklich „verrückt“. Warum sollte man einen gut bezahlten Job einfach hinschmeißen, um mit dem Rucksack durch Thailand zu tingeln? Warum sollte man eine solide seit Jahren haltende

Beziehung hinschmeißen auf der Suche nach der großen Liebe? Warum sollte man aus seiner Wohnung ausziehen in ein kleines Zimmer in einer WG in Kreuzberg? Warum sollte man seinen Ausbildungsplatz aufgeben, um auf Gran Canaria für Touristen auf der Gitarre zu spielen? Weil die Seele danach ruft. Weil es einen inneren Sog gibt, der sich irgendwann nicht mehr unterdrücken lässt, wenn man seiner Seelenbestimmung folgen will.

**ACHTUNG:** nicht jede Seele hier auf Erden ist schon bereit der „Intuition“ zu folgen. Aber, wenn du bis hierher gelesen hast, dann kannst du dir ziemlich sicher sein, dass der intuitive Weg deiner ist. Aber die Seelen, die sich noch nicht auf dem intuitiven Weg befinden, sondern noch rein dem logischen Verstand unterliegen, werden gute Argumente ins Feld führen, warum das, was du da gerade planst völlig absurd und verrückt ist.

Was meint ihr, was ich mir alles anhören durfte, als ich entschieden habe, mein 1er Studium zu schmeißen, um urvertrauen zu gründen, um zukünftig Seelen Sprays und Seelenkurse anzubieten. Mittlerweile sind die äußeren Kritiker verstummt, denn der Erfolg gibt mir Recht. Aber zuerst muss man lernen dem äußeren Sturm standzuhalten, bei sich und seinem „Bauchgefühl“ zu bleiben. Ja, und wenn ich auf die Nase gefallen wäre, dann wäre es so. Dann steht man auf, fühlt in sich hinein und geht weiter.

Das Leben besteht aus lernen, erkennen, wachsen, sich entfalten, wieder lernen, erkennen, wachsen und sich entfalten und so weiter, und so weiter. Der Seelenweg will gegangen werden und die Intuition ist der Leitstern, der dich sicher durch all die Ablenkungen, Ängste, Sorgen und vermeintlichen Sicherheiten manövriert.

Wenn du es noch nicht praktizierst, so lade ich dich ein, anzufangen und immer mehr mit deiner Intuition zu arbeiten. Lerne zu unterscheiden, wie sich ein intuitives Gefühl anfühlt im Gegensatz zu Ego-Emotionen, wie Angst, Sorgen, Unsicherheiten, und dem ständig alles besser wissenden logischen Verstand.

Ich habe auf keinen Fall etwas gegen den logischen Verstand. Im Gegenteil. Er leistet uns gute Dienste im Erfüllen unseres intuitiven Lebenswegs. Wir brauchen den logischen Verstand, um unsere Träume und Wünsche erfüllend auf die Erde zu bringen. ABER: wenn nur der logische Verstand unser Leben beherrscht, dann sind Wunder und „unverhoffte“ Glückseignisse doch eher selten in unserem Leben präsent.

Wenn du den intuitiven Weg einschlägst, wird die Welt wesentlich bunter, voller Wunder und segensbringender Ereignisse.

Deine Intuition sagt dir jedoch nicht nur, welchen Weg, ratsam ist einzuschlagen, sondern ist auch ein sehr gutes Warnsystem, für Wege, die man besser nicht einschlagen sollte.

Wenn man den Weg nicht einschlagen sollte, dann zieht sich das Gefühl im Bauch zusammen, man bekommt ein „ungutes Gefühl bei der Sache“. Ich würde dir raten, auf dieses Gefühl unbedingt zuhören.

Wenn es ratsam ist den Weg einzuschlagen, dann bekommt es eine große Sog Wirkung.

**In der Regel ist das intuitive Gefühl ein sehr schnelles Gefühl. Du siehst etwas, planst etwas und –schwupps- ist das Bauchgefühl da. Es meldet sich als erstes zu Wort, noch bevor der Verstand einsetzt und seine Gedanken dazugibt.**

**Das erste Gefühl, ist in der Regel die Intuition. Und der Verstand beherrscht die große Kunst, Dinge, die sich für uns schlecht anfühlen, schön zu reden und umgekehrt Dinge, die sich für uns gut anfühlen, schlecht zu reden. Hier gilt es sehr fein unterscheiden zu lernen, zwischen Gefühl und Verstand, um dann einen gesunden Mittelweg zu finden, der uns auf den Seelenpfad führt.**

# Intuition

## ARBEITSVORSCHLÄGE

1. Achte auf dein erstes Gefühl
2. fühlt es sich gut oder schlecht an
3. wenn es sich schlecht anfühlt, hinterfrage warum und ob es sich ändern lässt.
4. Wenn es sich nicht ändern lässt, lass die Finger davon
5. Wenn es sich gut anfühlt oder ändern lässt und du dich hingezogen fühlst, dann ergreife es
6. Nicht immer ist alles von Beginn an "perfekt", aber es kann sich dorthin entwickeln.

Viel Freude mit deiner Intuition



# Die Kraft des WASSERS



## Die Kraft des Wassers

Es gibt keine Zeitqualität im Jahr, die so tief mit dem Element Wasser verbunden ist, wie die Zeitqualität des Fließens. Im Laufe des Jahres werden wir noch zwei andere Zeitqualitäten näher betrachten, die auch dem Element Wasser zu geordnet werden, aber Fließen ist wirklich reine „Wasserqualität“.

Darum möchte ich mit dir einmal tiefer eintauchen in das Element Wasser und vor allem die „magische“ Kraft des Wassers näher betrachten.

## Wasserritual

Wir werden im Laufe des „magischen Jahreskreislaufes“ noch öfter mit dem Element Wasser in Berührung kommen und unterschiedliche „Wasserrituale“ kennen lernen.

Doch für die Zeitqualität des Fließens möchte ich euch gerne, ein absolut grundlegendes Wasserritual vorstellen und näher bringen: die Energetisierung deines Trinkwassers.

Es ist so dermaßen erdenklich einfach, dass man es nur erstaunt bewundern kann. Du brauchst dafür keine teuren Apparaturen, keine besonderen Gläser, ja du bräuchtest nicht mal einen Zettel und einen Stift. Die Kraft deiner fokussierten Gedanken würde völlig ausreichen.

Aber zu Beginn fangen wir mit Zettel und Stift an, bis wir sicher sind im Umgang mit der Wasserenergetisierung, um dann über zu gehen auf die reine Gedankenkraft.

Wasser ist ein hervorragender Energie- und Informationsspeicher. Wenn du mehr darüber erfahren möchtest, und auch Beweise hierfür sehen möchtest, dann empfehle ich dir das Buch von Masaru Emoto: Die Botschaft des Wassers. Es gibt noch ein paar andere Bücher von ihm, die eigentlich alle gut sind, wenn man tiefer in die „magische“ Kraft des Wassers einsteigen möchte.

**Auf der nachfolgenden Seite beschreibe ich dir das Ritual. Wenn du magst, führe es von nun an täglich aus und fange auch an damit zu spielen. Alles, was aus über 50% Wasser besteht, lässt sich energetisieren, auch Cola, Kaffee, natürlich dein Bade- und Duschwasser. Probiere es aus. Je geübter du wirst, desto weniger Zeit braucht die Energetisierung. Du denkst es, du sendest es zum Wasser und es wird sich nach deinen Gedanken verändern und deine Botschaft speichern. Es ist wirklich super. Ergreife die Kraft und Macht des Wasser und mache es für dich segensbringend.**

# Wasser-Energetisierung

## RITUAL ELEMENT WASSER

1. Nimm dir einen Stift und einen Zettel

2. Schreibe auf den Zettel mit welcher Energie du das Wasser jetzt aufladen möchtest: z.b. Gesundheit, Liebe, Dankbarkeit.

Es geht einfach alles

3. Stelle ein Glas Trinkwasser (gleichgültig ob mit oder ohne Sprudel) auf deinen Zettel

4. Lass es 5 Minuten oder länger stehen

5. Und dann kannst du es trinken.  
Du hast es energetisiert.