

31.12

# GEBO



---

SELBST-GERECHTIGKEIT

---

JENNIFER WEIDMANN

# SELBST- GERECHTIGKEIT

Und wieder kommen wir bei einem Seelenentwicklungsfeld an, welches in unserer Gesellschaft gerne praktiziert wird, aber leider nicht von der Seelenentwicklungsebene aus, sondern rein aus der Ego-Perspektive: die Selbst-Gerechtigkeit.

Wann sagen wir zu jemanden, er sei selbstgerecht? Oder auch selbstgefällig? In der Regel, wenn jemand über andere hart ins Gericht zieht. Sprich hart und häufig gnadenlos über jemanden urteilt. Hierzu gibt es übrigens ein sehr schönes Lied von den Ärzten: „Lass die Leute reden!“

Du kennst es sicherlich, wenn jemand über andere Gericht hält: „Die Nachbarin ist doch selber schuld, wenn man sie wie eine Prostituierte behandelt, so wie die sich anzieht.“ Oder „Das geschieht dem Maier recht, dass er seinen Job verloren hat, so wie der sich immer benimmt!“ oder, oder, oder.

In dieser Art von Selbstgerechtigkeit liegt unglaublich viel Erkenntnispotenzial verborgen.

Wenn man sich in seinen Aussagen über den anderen stellt, und das tun wir eigentlich immer in dieser Art der Selbstgerechtigkeit, dann sagen wir indirekt ganz viel über uns und unser Selbstwertgefühl. Vielleicht, weil wir neidisch auf die Nachbarin sind, weil sie besser aussieht als wir. Neidisch auf den Maier, weil er so viel mehr Geld verdient hat als wir.

Neid, Missgunst, das eigene mindere Selbstwertgefühl oder aber auch die Ablenkung vor der wahren Selbstgerechtigkeit, kann uns dazu bringen, in diese Art des Urteilens über andere zu gehen. Aber wichtig für dich selbst: Das, was wir sagen, drückt am stärksten etwas über uns selbst aus als über den anderen.

Denn mal ehrlich, eigentlich kann uns die Nachbarin und was sie anzieht, macht und tut doch völlig egal sein. Es kann uns völlig egal sein, ob der Maier einen Job hat oder nicht. Also, warum stellen wir uns dann hin und urteilen über diese Menschen?

Wir urteilen über Prominente, über Politiker, über die Lehrer unserer Kinder, über unsere Eltern (übrigens sehr, sehr gerne!), über unsere Kinder usw. Über alles bilden wir uns nicht nur eine Meinung, nein, wir fällen ein Urteil: Die Politiker machen einen schlechten Job, die Lehrer haben keine Ahnung, die Kinder haben den falschen Partner oder generell die falsche Einstellung zum Leben, die Eltern machen tendenziell sowieso alles falsch mit dem was sie sagen, tun, gucken, mit ihrem Geld machen usw.

Es braucht schon eine gehörige Portion Selbstbeobachtungsgabe und Selbst-Aufmerksamkeit, um dieser Art von Selbstgerechtigkeit auf die Schliche zu kommen, weil es in unserer Gesellschaft so gang und gäbe ist.



# SELBST-WAHRNEHMUNG



Ein unangenehmes Thema, oder? Kratzt es doch gewaltig an unserem "heiligen" Sein. Aber die meisten von uns sind so groß geworden, tagtäglich wird es uns vorgelebt: in den Nachrichten, in den Interviews, von unseren Eltern, ja, auch von unseren Kindern. Man hat nicht nur eine Meinung, nein, man fällt auch gleich das Urteil über den anderen. In der Regel fällt das Urteil nicht nett aus. Wir sind sozusagen die Scharfrichter in Angelegenheiten, die uns nichts angehen.

Aber sie lenken ab vom eigenen Leben, von den eigenen Träumen und Zielen, die nicht gelebt werden. Wenn wir beim anderen sind mit unserer Aufmerksamkeit, dann müssen wir unser eigenes Leben nicht so genau unter die Lupe nehmen.

Bzw. im Licht des anderen sieht unser eigenes Leben plötzlich so viel besser aus. Dafür brauchst du nur nachmittags mal dir ein paar Sendungen aus dem privaten Fernsehen anzuschauen. Ein Elend jagt das nächste und wir können gemütlich von der Couch über die dort im Fernsehen urteilen, den Kopf schütteln, richten und uns besser fühlen, weil unser Leben nicht so chaotisch ist, nicht so arm, nicht so dramatisch, und schon bekommen wir ein gutes bzw. besseres Gefühl über uns und unser Leben.

Diese Art der Selbstgerechtigkeit geht über das Lästern, über das Reden über den anderen hinaus. Im Lästern tratschen wir über andere und ihr Leben und in der Selbstgerechtigkeit fällen wir ein Urteil über die anderen und ihr Leben. In der Regel geht das natürlich Hand in Hand.

Wir sind die Richter und erkennen meist gar nicht, dass wir gerade in unserer Art wie wir reden, denken und handeln, ein aussagekräftiges Urteil über uns selbst gefällt haben, anstatt über den anderen.

Aber je weiter wir die Seelenspirale hinaufwandern, je weiter wir anfangen, uns unserer selbst bewusst zu werden und selbst zu erkennen, wandelt sich diese ausgelagerte Selbstgerechtigkeit in eine innere Selbstgerechtigkeit.

Das ist der Prozess dieses Seelenentwicklungsfeldes. Letztendlich ist das Ziel, in ein „ausgeglichenes“ Handeln zu kommen. Es geht darum, die Balance zu finden - wonach sich so viele sehnen und dann versuchen, es hektisch im Außen zu finden. Doch die wahre Balance findest du über eine erwachte Selbstgerechtigkeit - zwischen der aufblühenden Erkenntnis von Ursache und Wirkung, von Resonanz, Ausgleich und Wandeln.

Denn selten sehen wir den anderen wirklich, wir sehen immer nur den Stand unserer eigenen Wahrheit, unseres derzeitigen Wahrnehmungsvermögens und unseres derzeitigen Entwicklungsstandes.



# BALANCE

In diesem Schöpfungsteil geht es darum, sich mit dem Thema Balance auseinanderzusetzen oder auch das richtige Maß für das eigene Tun zu entwickeln.

Gehen wir einmal zu unserem Bild des Samens, den wir gepflanzt haben. Ein kleines Pflänzchen wächst heraus, vielleicht ist es auch schon größer. Wir schenken ihm Aufmerksamkeit und kümmern uns mit Liebe um diese neue Lebensbaumwurzeln. In unserer Pflege und Aufmerksamkeit in unserem Reich der Schöpfung geht es nun darum, das richtige Maß für den Umgang mit unserer Pflanze zu finden. Geben wir ihr zu viel Wasser, wird sie ertrinken. Geben wir ihr zu wenig Wasser, wird sie vertrocknen. Zu viel Sonne, wird sie verbrennen. Zu wenig Sonne, wird sie verkümmern.

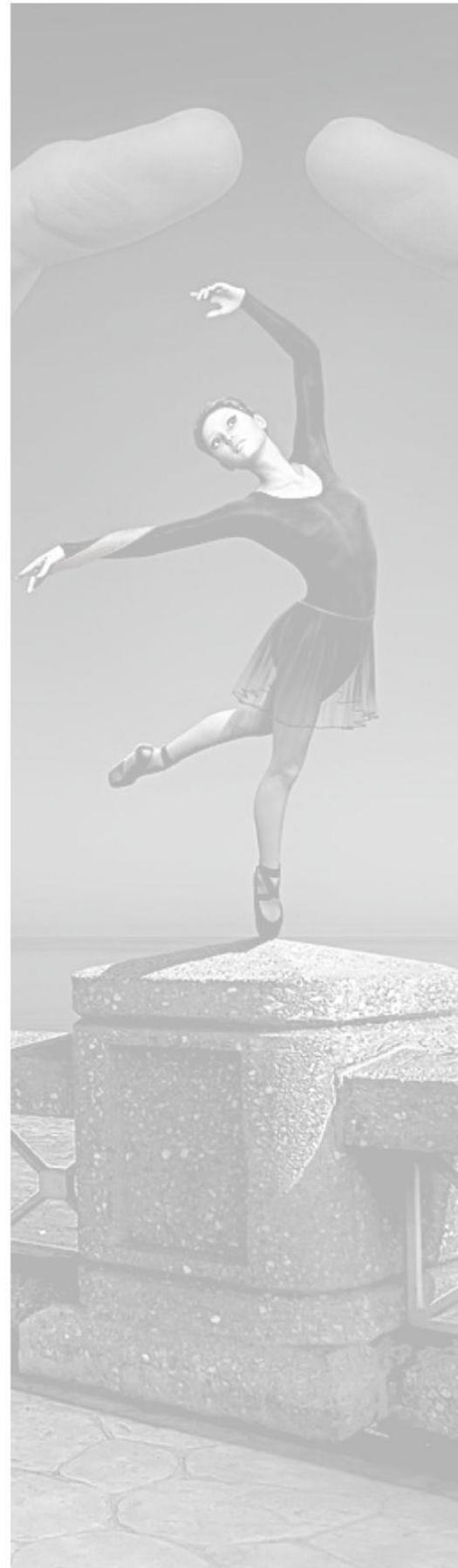
Die Balance zu finden zwischen Tun und einfach Fließen lassen ist ein Kunststück. Ich war lange Zeit ein Meister des völligen Verausgabens (und falle hin und wieder immer noch in dieses Loch hinein). Wenn mich eine Sache begeistert, dann arbeite ich daran bis zum Umfallen und das kann ich über Monate machen. Jeden Tag 13 bis 14 Stunden..... Ja, und dann kommt der Zusammenbruch. Dann schlafe ich fast einen Monat lang durch, weil ich völlig ausgelaugt und fertig bin. Dieses Arbeitsverhalten war ganz eindeutig nicht ausbalanciert.

Es geht auch umkehrt. Menschen, die unglaublich viel denken können, sich geistig in ihrem Schöpfungsprozess verlieren, aber einfach nicht ins Tun kommen. Aber wenn du nicht ins Tun kommst, dann kann auch nichts wachsen, nichts werden.

Und wenn dein Pflänzchen gepflanzt ist, braucht es Zeiten in denen man sich um es kümmert und dann braucht es Zeiten zum Ruhen, zum inneren Kräfte ansammeln, damit es wachsen kann.

Ein neugeborenes Baby betüddeln wir auch nicht 24 Stunden am Tag. Wir kümmern uns, wenn es wach ist und wenn es schläft, betrachten wir vielleicht freudig dieses wunderbare Geschenk, welches in unser Leben getreten ist. Wir sind in Gedanken energetisch bei ihm, aber wir nutzen die Zeit des Schlafens unsere Schöpfung auch dafür, selbst wieder zu Kräften zu kommen.

Balance bedeutet auch, dass ich mich ausreichend mit meiner eigenen Schöpfung beschäftige, dass ich hier ein gesundes Urteil fälle über mein Tun und Handeln, also über mich. Damit hat man eigentlich genug zu tun. Wir brauchen dann nicht mehr im Außen über andere und ihre Schöpfung zu urteilen.



# ZEIT DER ENTSCHEIDUNG



Wann kann man in der Regel sehr gute Entscheidungen treffen? Wenn man Klarheit in sich fühlt. Wenn du keinen Überblick über deine Finanzen hast, wird es schwierig, gute Investitionen zu tätigen. Wenn du nicht weißt, wie deine Bedürfnisse sind in einer Beziehung, wird es schwierig, eine erfüllte Partnerschaft zu leben.

Um klare und sichere Entscheidungen zu fällen, brauchen wir einen Überblick über die gegebene Situation. Durch die Rückschau, die Bestandsaufnahme und noch einmal das Fokussieren auf unsere Visionen und Träume (sprich die Vorschau), können wir herausarbeiten, für welche weiteren Schritte in unserem Leben wir uns entscheiden wollen.

Häufig gönnen wir uns die Ruhe der Bestandsaufnahmen nicht. Wir schwimmen mit der Welle, sind euphorisch und fühlen uns wie der König der Welt. Wir schwimmen nicht mit der Welle, sind frustriert und fühlen uns wie der Loser vor dem Herrn. In solchen Hin- und Herschwankungen bezüglich unserer Lebensbefindlichkeit haben wir in der Regel keine Balance und damit auch keine Kontrolle über unser Leben.

Keine Kontrolle über das eigene Leben zu haben, bedeutet, nicht im bewussten Schöpfungsprozess zu sein. Das macht Magie schwierig. Unser Leben können wir tatsächlich ein wenig so beschreiben wie einen Seiltanz über den Rand einer Münze. Wenn du einen Seiltänzer beobachtest, kannst du auch erkennen, dass er immer ein wenig hin und herschwankt. Nur wenn er ganz ruhig steht und in seine Mitte kommt, kann er das Schwanken auf ein Minimum reduzieren. Sobald er weitergeht, muss er beständig ausgleichen, um nicht auf eine der beiden Seiten herunterzufallen.

So ist unser Leben auch. Wir gehen über das Seil, schwanken hin und her und versuchen, nicht herunterzufallen. Versuchen, es irgendwie gut und richtig in unserem Leben zu machen. Und ja, wir fallen ab und an. Und das ist nicht schlimm. Das gehört zum Lebensprozess dazu.

Mal fallen wir auf die „dunkle“ Seite, dann fühlen wir uns verloren, im dunklen Tunnel gefangen, alles scheint schwarz und schlecht zu sein. Dunkle Gedanken beherrschen unsere Handlungen: „Nie wieder werden wir glücklich sein!“, „nie wieder werden wir einen finden, der uns liebt!“ usw.

Und mal fallen wir auf die „lichte“ Seite herunter. Wir sind über-euphorisch: „Das ist das Beste, was mir passieren konnte!“, „Nie wieder werde ich mich so glücklich, so reich, so schön usw. fühlen“.

Die Kunst ist es, aufzustehen und wieder aufs Seil zu klettern und weiter zu balancieren.

Solange, bis wir darin Meister sind. Solange, bis wir die wahre innere Balance zwischen den beiden Seiten in uns integriert haben. Das verhindert schwere Abstürze. Durch eine ruhige Balance werden wir in die Lage versetzt, dauerhaft gute Entscheidungen für unser Leben zu treffen.



# ERFÜLLUNG

Für gute Entscheidungen bedarf es ein Ziel, welches wir erreichen möchten, um Erfüllung erfahren zu können. Und Ziele gibt es in allen Bereichen: Gesundheit, Geld, Frieden, Schönheit, Liebe, glückliche Partnerschaft, gute Elternbeziehung, Berufung usw. Und für einen jeden von uns sieht die Erfüllung in diesen Aspekten anders aus.

Wichtig ist herauszufinden, auf welches Ziel man jetzt gerade zu-balancieren möchte. Auf dieses Ziel setzt man den Fokus. Die Bestandsaufnahme der Vergangenheit und des Ist-Zustandes kann uns dabei helfen zu erkennen, was gut auf unserem Weg funktioniert hat und was nicht. Was wir so weiterlaufen lassen können und wo wir eventuell dringend nachbessern müssen, damit wir das Ziel am Ende des Seils sicher erreichen.

In der jetzigen Schöpfungszeit tritt genau diese Qualität in den Vordergrund. Wir dürfen uns jetzt die Zeit nehmen, nachdem wir schon viel dieses Jahr erlebt haben, erfahren haben, ausprobiert haben, eine Bestandsaufnahme zu machen. Zurückzuschauen, den Ist-Zustand auszuloten und unser Ziel noch mal ins Auge nehmen, um dann entscheiden zu können, wie unsere nächsten Schritte jetzt wohl am besten aussehen könnten, damit wir auch das anvisierte Ziel sicher erreichen.

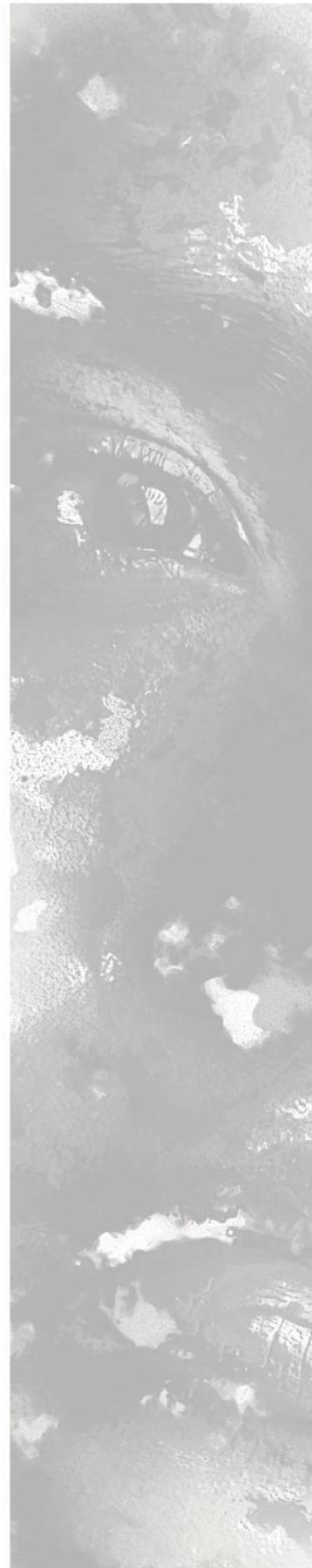
Es ist eine Zeit, in der wir lernen dürfen, Entscheidungen zu fällen für uns und unser Leben. Indem wir lernen dürfen, diese Entscheidungen nach außen zu vertreten und auch zu unseren Entscheidungen gegen Widerstand von außen zu stehen.

Es ist auch die Zeit, wo wir eingestehen dürfen, wenn wir auf unserem bisherigen Weg Fehler gemacht haben, und wo wir uns selbst mal feiern dürfen für all die Segen bringenden Schritte, die wir bereits getan haben.

Ein sehr erfolgreicher Mensch sagte mal zu mir: „Der Unterschied zwischen erfolgreichen und nicht erfolgreichen Menschen ist die Gabe, schnelle Entscheidungen treffen zu können!“

Man kann es lernen, Entscheidungen zu treffen und ja, man kann es lernen, gute Entscheidungen schnell zu treffen. Und zwar, wenn du gelernt hast, dich in einer „dauernden“ Bestandsaufnahme zu befinden. Wenn du angefangen hast, den Schöpfungsprozess (oder ein anderer Name dafür) als feste Konstante in das eigene Leben aufzunehmen. Was hat funktioniert, was nicht und welches Ziel möchte ich erreichen, sind dann ständige Wegbegleiter. Und ja, man fällt auch mal auf die Nase. Das gehört aber zum Entscheidungsfindungsprozess dazu. Dann steht man auf, klettert aufs Seil und lernt von seinen Fehlern und fängt mehr und mehr an, bewusster auszugleichen und besser auf die eigenen Schritte zu achten.

Es ist eine Zeit der Suche nach Balance, nach dem Ausgleich und nach Entscheidungen, um unsere Ziele erfüllt in der Realität erleben zu dürfen.



## Fragen für die Gebot-Energie

Was gibt es jetzt zu entscheiden in deinem Leben?

Was möchtest du im kommenden Jahr erfahren?

Wo fällt es dir schwer zu entscheiden?

Wo bist du unausgeglichen?

Was bringt dich in deine Balance?

Wie geht es dir mit Versagen?

Wie geht es dir mit Fehlern?

Was bringt dich von deinem Pfad ab?

## DIE RUNE GEBO



Balance wird von der Rune GEBO symbolisiert. Du kennst vielleicht so eine ähnliche Darstellung in Leonardo da Vincis perfekten Menschen.

Du bist aufgespannt zwischen Himmel und Erde. Hier ist dein Wirkungskreis. Dein Lebensbaum, deine Schöpfung, du selbst stehst mit den Füßen auf dem Boden, fest verwurzelt, damit du die Kraft und die Möglichkeit hast, deine Hände, deine Äste weit nach oben in den Himmel zu recken.

Das ist dein Königreich, über das du der Herrscher bist, gerecht und vor allem ausgewogen, zum Wohle deiner selbst.

Diese Rune nachzustellen ist wieder erdenklich einfach. Stell dich breitbeinig hin, mach dich gerade und streck deine Arme gen Himmel, genauso breit auseinander wie deine Beine. Schließ die Augen, fühl deinen festen Stand auf dem Boden. Stell dir vor, wie Wurzeln von deinen Füßen aus tief in den Boden hineinwachsen und dir so sicheren und festen Halt geben. Fühl wie du von dort aus die Sicherheit bekommst, dich weit in den Himmel mit deinen Armen und Händen zu strecken.

Du kannst so nach den Sternen greifen. Das bist du: Ein Mensch im Schöpfungsprozess, aufgespannt zwischen Himmel und Erde.

Und der Kreuzungspunkt zwischen deinen ausgebreiteten Beinen und Armen ist dein Oberkörper. Er steht ruhig und sicher in der Mitte. Er ist der Stamm, durch den die Informationen hindurchfließen. Von den Wurzeln hinein in die Äste. Der Stamm sorgt für den Ausgleich. Er hält die Balance.

Geh daher mit deiner Aufmerksamkeit in deinen Bauch. Fühl wie dein Atem die Bauchdecke hebt und senkt. Hier ist die Mitte, hier findest du deine Mitte, um ausgewogen zu handeln, hier fühlst du deine Intuition, die Impulse, wann es Zeit ist, in Aktion zu treten und wann es Zeit ist, einfach nur wachsen zu lassen.

Wenn du magst, halte diese Position ein paar Atemzüge lang. Du kannst dabei innerlich denken oder auch laut sagen: „Ich bin in meiner Mitte, ich bin ruhig und ausgeglichen. Ich bin aufgespannt zwischen Himmel und Erde. Ich mache das Beste daraus.“





# 13 SEELEN-VORSÄTZE FÜR DIE NEUE ZEIT

Es ist vollbracht – oder so gut wie. Wir stehen am Ende eines Jahres und am Anfang eines neuen. Mit dem bewussten Gang durch die Rauh Nächte haben wir schon ein gutes Fundament gelegt für unseren weiteren Schöpfungsweg.

Aber wie wir ja alle wissen: Silvester ist beliebt für gute Vorsätze. Viele wollen mit dem Rauchen aufhören, abnehmen, mehr Sport treiben, endlich Geld haben usw. Auch wenn wir wissen, dass wir jeden Tag in jeder einzelnen Sekunde neu starten können, ist die Energie von Silvester besonders.

Warum? Weil die gesamte Welt sich hier energetisch einfindet, um den Beginn des Neuen Jahres zu feiern. So viele Menschen, die zeitgleich ihre Hoffnungen, ihre Wünsche, ihre Sehnsüchte für ein besseres, erfüllendes, schönes Leben hinausgeben ins Universum. Wie im Großen, so im Kleinen. Wie im Außen, so im Inneren. Wir begegnen hier wieder einem Kosmischen Gesetz: die Kraft der Analogie.

Die heutige Rauh nacht lädt uns ein, diese Kraft zu nutzen, uns einzuschwingen in den großen Pool der Hoffnung auf ein besseres Leben. Genau das wird die Energie des Neuen Jahrzehnts sein: Wandeln in allen Bereichen zum Wohle der Menschen, aller Lebewesen und des Planeten.





Nicht mehr zum Wohle der Wirtschaft, des Geldes oder einzelner Weniger. Es geht darum, Ausgleich zu finden für alle und das Ausbeuten und Beherrschen hinter uns zu lassen.

Daher möchte ich mit euch noch einmal kurz einen Gang durch die 13 Seelen-Entwicklungsfelder machen und dich einladen, heute oder morgen oder in den kommenden Tagen dir selbst bewusst zu werden, wie du im neuen Jahr, in der neuen Dekade, im Anbruch der Neuen Zeit die einzelnen Energien leben möchtest. Dafür gebe ich dir für jedes der 13 Seelen-Entwicklungsfelder einen Vorsatz-Impuls. Aber es ist „nur“ ein Impuls. Du bist völlig frei, meine Worte so zu wandeln, dass sie für dich passend und stimmig sind. Vielleicht erscheinen dir die einzelnen Vorsätze simpel. Das ist gut, denn eigentlich wissen wir genau, was uns gut tut und wie wir uns am besten verhalten, damit das Leben schön ist. Aber im Rad des Alltags und der Beziehungen, vergessen wir manchmal sogar die einfachsten duten Vorsätze. Und auch wenn sie simpel klingen mögen, der Gehalt dahinter ist immens.

## **SELBST-BEWUSSTSEINS-FELD**

Wir fangen an mit dem Seelen-Entwicklungsfeld:

Selbst-Bewusstsein – dieses Feld lädt dich ein, immer bewusster deine eigene Schöpfung zu ergreifen, aber auch zu gestalten, zu planen und zu leben. Und zwar in jedem einzelnen Seelen-Entwicklungsfeld. Nicht mehr unbewusst zu handeln, zu sprechen, zu fühlen und zu denken, sondern wirklich „wach“ zu sein für dein eigenes Leben und dem, was darin geschieht.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld:

***„Ich bin mir meiner selbst bewusst, meiner Schöpfung,  
meiner Verantwortung, meiner Bedürfnisse, meiner Seele!“***

## **SELBST-WERT-FELD**

Das Seelen-Entwicklungsfeld Selbst-Wert lädt uns ein, unseren eigenen inneren Wert zu erkennen, und zwar ehrlich und ungeschminkt. Damit meine ich: Natürlich sind wir auf Seelen-Ebene alle wundervoll, perfekt und genau richtig. Aber wir agieren bei Weitem nicht immer so. Wir dürfen wieder und wieder ehrliche Bestandsaufnahmen machen und auch mal feststellen, dass wir in dieser oder jener Situation weit unter unseren Möglichkeiten gehandelt haben. Dass wir sozusagen unter unserem eigenen Wert agieren, weil wir genervt sind, gestresst sind und sehr, sehr häufig, weil wir uns von der Außenwelt nicht wertgeschätzt fühlen. Vielleicht sind wir enttäuscht, weil sie nicht bemerken, was wir alles leisten, was wir alles tun und machen, damit es den anderen gut geht. Wir ziehen unseren eigenen Wert noch aus der Resonanz der Außenwelt.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld könnte u.a. sein:

***„Ich bin in jedem Augenblick die beste Version meiner  
Selbst!“***





## **SELBST-ACHTSAMKEITS-FELD**

Dieses Seelen-Entwicklungsfeld lädt uns ein, jeden Schritt, den wir durch diese Inkarnation gehen, wahrzunehmen und ihn achtsam zu setzen. Es ist eine Einladung, dass dein Leben an sich zu einer ständigen Meditation und Kontemplation wird. Jeder Gedanke, jedes Gefühl, jede Handlung und jedes Wort wird bewusst wahrgenommen, wertgeschätzt und achtsam aufgenommen und weitergegeben.

Ja, das passiert selten von heute auf morgen. Es ist ein Weg, den wir anfangen können zu gehen, einen Fuß vor den anderen setzend, den Moment und die Geschenke, die ein jeder Moment für uns in sich trägt, achtsam zu erfahren und zu erleben, anzunehmen oder loszulassen. Achtsamkeit sich selbst und der Welt gegenüber wird wichtig in der neuen Dekade.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin achtsam mit meiner Schöpfung und den Schöpfungen der anderen!“***

## **SELBST-LIEBE-FELD**

Ja, ich höre schon den Großteil von euch stöhnen. Nicht die Selbst-Liebe schon wieder. Ja, ich weiß.

Aber ganz ehrlich: Alle deine Handlungen, deine Gedanken, deine Worte, deine Gefühle sind gedimmt und abgeschwächt, solange nicht die Liebe aktiviert ist. Dabei verwechseln wir gerne Liebe mit dem Gefühl von Verliebtsein oder brechen es herunter auf eine Beziehung zu einem anderen Menschen.

Aber die Selbst-Liebe ist das Tor und die Einladung, eben Liebe zu sein in jedem Augenblick dieser Inkarnation. Und auch wenn sich das jetzt paradox anhören mag: Liebe sein auch in den Momenten, wo wir wütend sind, enttäuscht, gefrustet oder traurig. Das ist möglich. Denn Liebe sein ist ein Seelen-Zustand, Gefühle sind Momentaufnahmen des jeweiligen Lebens-Ereignisses und Erkenntnis-Prozesses. Das ist ein gewaltiger Unterschied.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin Liebe in jedem Augenblick meines Seins“***

## **SELBST-BEHERRSCHUNGS-FELD**

Das Seelenentwicklungsfeld Selbst-Beherrschung möchte dir bewusst machen, dass du der Herrscher über deine Lebenszeit bist, immer. Wir fokussieren uns jetzt auf deine Erwachsenen-Zeit. Du baust dir dein eigenes Leben auf, gleichgültig ob aktiv oder passiv, ob du agierst oder reagierst. Du nimmst Teil am Spiel des Lebens, solange du atmest, und es liegt an dir herauszufinden, was für ein Herrscher über das eigene Leben du sein möchtest und wie dein „Spielfeld“ aussehen soll.





Mit wem du zusammen spielen möchtest, welches Ziel du erreichen möchtest usw. Deine Schöpfung, über die du herrschst.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin der/die weiseste Herrscher/Herrscherin,  
der/die ich zu diesem Zeitpunkt sein kann für meine  
Schöpfung.“***

Die Einladung besteht hier natürlich immer, möglichst noch weiser zu werden, als wir es eben gerade noch waren.

## **SELBST-ERKENNTNIS-FELD**

Wie sollte es anders sein: kein spiritueller Weg ohne Selbst-Erkenntnis. Ich weiß, nicht gerade der beliebteste Punkt. Sich selbst „ungeschminkt“ zu betrachten, ist nicht immer leicht. Haben wir doch alle unsere dunklen Ecken, die wir nicht anschauen wollen, unsere „Schwachpunkte“, unsere „Triggerpunkte“, unsere Ausreden, unsere Momente des Schönredens.

Weißt du was: Die dürfen wir auch alle haben. Wichtig ist, dass wir darum wissen und aufhören, uns selbst zu betrügen oder etwas vorzumachen. Bringt einfach auf Dauer nichts. In diesem Seelen-Entwicklungsfeld wird gerade die Ehrlichkeit sehr groß geschrieben

Daher lautet der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld:

***„Ich bin mir selbst gegenüber stets ehrlich!“***

Die Ehrlichkeit im eigenen Leben willkommen zu heißen, ist ein sehr großer Schritt auf dem Weg zu einem sehr erfüllenden, befriedigenden Leben. Mit Ehrlichkeit fällt der Ballast sämtlicher Lügen und Geschichten von uns ab. Es ist die Tür, die wir durchschreiten, um wirklich einfach nur wir selbst sein zu können. Ungeschminkt und wunderschön.

## **SELBST-GERECHTIGKEITS-FELD**

Dieses Feld lädt uns ein aufzuhören, über andere zu richten und zu urteilen, oder gar zu verurteilen. Letztendlich lädt es uns ein, bei uns selbst zu bleiben und den Fokus auf unsere eigene Schöpfung, unser eigenes Sein zu richten. Es lädt uns ein, in Abwesenheit über andere Leute nur so zu sprechen, wie ich auch sprechen würde, wären sie jetzt anwesend. Letztendlich liegt in diesem Seelen-Entwicklungsfeld ein riesiger Einweihungsprozess, der sehr anspruchsvoll ist. Es geht darum, die eigenen Masken zu erkennen, die wir haben, die wir tragen und wechseln.

Es geht auch hier darum, uns ehrlich und ungeschminkt wahrzunehmen, als der, der wir gerade sind. Uns auch eingestehen können, wenn wir Fehler machen, wenn wir gerade „falsch“ handeln, destruktiv und vielleicht weit unter unseren Möglichkeiten.





Anzuerkennen, wo ich verantwortungslos bin und handle, wo ich wider mein besseres Wissen agiere. Selbst-Gerechtigkeit ist selten mit Wattebäuschen werfen. Es ist die Einladung, unseren Zeigefinger, mit dem wir gerne auf andere und ihre Verfehlungen zeigen, auf uns selbst zu richten, um bei uns selbst anzufangen.

Daher lautet der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld:

***„Ich sehe mich!“***

## **SELBST-VERGEBUNGS-FELD**

Was brauchen wir mehr nach der Selbst-Gerechtigkeit als Selbst-Vergebung. Wir sind Seelen im Selbst-Erkennungs-Prozess auf dem Weg des sich Erinnerns, wer wir wirklich sind und welches Licht wir sind. Auf diesem Wege machen wir Fehler und Fehler und ja, man mag es kaum glauben, Fehler.

Die Selbst-Gerechtigkeit zeigt uns häufig genau all diese Fehler, all unsere „dummen“, destruktiven Entscheidungen mit all den negativen Auswirkungen, die darauf folgten. Das kann verdammt hart sein, das kann weh tun und es können im Moment der ehrlichen Erkenntnis viele, viele Tränen kommen. Dann dürfen wir uns selbst vergeben.

Vergeben dafür, was wir getan oder nicht getan haben.

Wo wir uns und andere verletzt haben, wo wir unachtsam waren, wo wir nicht aufgepasst haben, wo wir geschlafen haben, wo wir nicht besser handeln konnten und so weiter. Du bist nicht allein. Wir alle haben schon verletzt und wurden verletzt. Aber anzuerkennen, dass wir Seelen auf dem Erwachungsweg sind, kann uns dabei helfen 1.) zu verstehen, dass wir dabei Fehler machen und ja, manchmal den gleichen Fehler sogar mehrmals und 2.) dass nur du selbst dir vergeben kannst. Du hast Fehler gemacht. Es ist vergangen, wir können die Zeit nicht zurückschrauben, aber wir können jetzt in der Vergebung entscheiden, dass wir von nun an weiser handeln werden, bewusster, achtsamer, wertschätzender, liebevoller. So kannst du Frieden mit deiner Vergangenheit finden, um dein jetziges und zukünftiges Leben kraftvoll zu ergreifen.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin Demut!“***

## **SELBST-ENTWICKLUNGS-FELD**

Auf unserem Weg durch das Leben entwickeln wir uns ständig weiter. Vom Baby zum Kleinkind, zum Kind, zum Teenager, zum Pubertierenden usw. Nichts bleibt stehen, nichts bleibt auf Dauer gleich. Die Kunst ist, seinen eigenen Seelen-Rhythmus zu finden, sich dorthin zu entwickeln und zu schwingen. Den Mut zu finden, Altes und Überholtes loszulassen, damit ich überhaupt Platz habe, um Neues in meinem Leben willkommen heißen zu können.





Gerade Selbst-Entwicklung und die großen Transformationsphasen in unserem Leben sind nicht immer leicht. Erinnere dich nur an deine Pubertät.

Sich zu wandeln ist ein großer Schritt und letztendlich großartig. Ist es doch das, was wir eigentlich alle wollen. Verstehen, wer wir wirklich sind, woher wir kommen, warum wir hier sind, warum wir leben, was wir erschaffen wollen. Wir entwickeln uns zu all diesen Erkenntnissen hin. Und mit jedem Erkenntnis-Stein, den wir auf unserem Schöpfungsweg einsammeln, entwickeln wir uns ein wenig mehr. Holen ein wenig mehr Licht und Liebe in unser Leben und verabschieden uns von der Dunkelheit und dem schlafenden Bewusstsein.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin bereit, mich zu wandeln bis ich vollständig erleuchtet und wach bin!“***

## **SELBST-ERFÜLLUNGS-FELD**

Es geht in jeder Inkarnation darum, dass du herausfindest, was dich erfüllt. Wofür du brennen kannst, wozu du dich berufen fühlst. Das ist manchmal gar nicht so leicht herauszufinden in einer Welt, in der alle anderen dir erzählen wollen, was du zu sein hast, und was du lassen sollst.

Der Weg der Erfüllung ist erstmal ein ganz leiser. Ein stiller Weg der Einkehr, um in dir selbst dein Licht zu finden. Den Punkt zu finden, in dem du wirklich leuchten kannst, wo du Inspiration sein kannst. Wo du gerne bist, wo du gerne handelst, wo du gerne aufbaust. Vielleicht bist du ein Künstler, ein Lehrer, ein Schriftsteller, ein Beamter, ein Helfender, ein Gärtner, ein Berater, ein Träumer, ein Visionär. Wir können so viel sein. So unglaublich viel und dieses Seelen-Entwicklungsfeld lädt dich ein, dich auf die Reise zu machen, herauszufinden, was du in diesem Leben erfüllen wolltest.

Wolltest du Bücher schreiben? Oder eine wundervolle Mutter sein? Oder ein Reisender, um die Welt in dich aufzunehmen? Wolltest du die Welt besser machen mit deinem Sein? Oder sie mit Farbe und Wörtern erfüllen? Jede Berufung ist einzigartig und gibt es kein zweites Mal. Die Welt wartet auf dich und den Ruf deiner Seele, sich zu erfüllen und sich selbst erfüllt zu erfahren.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin erfüllt von meinem Sein in diesem Leben!“***

## **SELBST-VERWIRKLICHUNGS-FELD**

Haben wir unsere Erfüllung gefunden, den Ruf unserer Seele gehört, dann sind wir eingeladen, uns auch wirklich damit zu verwirklichen.





Nicht nur davon träumen, ein Buch zu schreiben, sondern auch wirklich ins Tun zu kommen und dieses Buch auch schreiben. Selbst-Verwirklichung ist eine Einladung, deine Lebenszeit, die so kostbar und einzigartig ist, nicht ungenutzt verstreichen zu lassen, sondern die Erfüllung Realität werden zu lassen. Das wird nicht passieren, wenn wir auf unserer Couch liegen und hoffen, dass vielleicht jemand an der Tür klingelt und sagt: „Ich möchte gerne ihr Buch verlegen!“.

Nein, dieses Feld ist ein Tu-Feld. Wenn wir unsere Erfüllung gefunden haben, dann dürfen wir auch tatkräftig diesen Weg beschreiten. Unsere Erfüllung real zu erfahren, führt immer über die Selbst-Verwirklichung. Das, was ich in mir habe, in mir wahrnehme und fühle, auch wirklich nach außen zu bringen. Den inneren Reichtum im Außen zu manifestieren.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin der Schöpfer meiner Realität!“***

## **SELBST-BEFREIUNGS-FELD**

Letztendlich passiert etwas ganz Wundervolles, wenn wir den Weg der Selbst-Verwirklichung gehen: Wir befreien uns selbst, und zwar von sehr vielen Dingen.

Wir befreien uns von unserer eigenen Lethargie des Nichtstuns und Abwartens. Wir befreien uns von der Abhängigkeit, dass die anderen unsere Wünsche wahr werden lassen. Wir befreien uns auch häufig von den Mustern, Programmierungen und Glaubenssätzen unseres Umfeldes und unserer Gesellschaft, die häufig eher dich klein halten wollen, die ihre Ängste auf dich projizieren, ihre Unsicherheiten und vor allem das eigene unerfüllte Dasein. Wer seine Berufung vernimmt und sich damit selbstverwirklicht, befreit sich vom Strom der Masse. Das ist der Moment, wo du in deinen eigenen Seelenfluss findest, um dort doch zu verstehen, dass wir alle eins sind. Dass jeder Erwachende und Erwachte ein Geschenk an die Schlafenden ist. Dass jedes Licht das Potenzial in sich trägt, Unbewusstheit und Dunkelheit zu erleuchten.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin frei, meinen Schöpfungsweg lichtvoll zu gehen!“***

## **SELBST-VERTRAUEN-FELD**

Kommen wir zum letzten Seelen-Entwicklungsfeld, dem Selbst-Vertrauen. Hier kommen wir an das Ende und den Anfang des Schöpfungskreises. Wir sind gestartet im Vertrauen, dass wir es gut machen werden, dass wir unsere Lebenszeit erfüllen möchten mit dem Besten, Schönsten, Tollsten, was nur möglich ist. Das Leben schüttelt uns dann häufig erstmal ganz schön durch. Unser Selbstvertrauen bekommt dabei gut und gerne einige Kratzer ab und wir fangen manchmal an, unsicher zu werden.





Wir zweifeln an uns selbst und unserem Können. Die Verantwortung für das eigene Leben scheint manchmal zu schwer und das Leben selbst als Ballast. Doch durch die Wanderung durch die Seelen-Entwicklungsfelder geht es auch darum, dieses Selbst-Vertrauen wirklich innerlich in uns zu manifestieren und an uns und unser Können zu glauben. Wenn du nicht an dich glaubst, dann tut es auch kein anderer. Wenn du dich nicht traust, die Macht über dein Leben und dem, was darin geschieht, zu übernehmen, dann wird einer kommen und diesen Platz einnehmen und selten ist es das, was wir wollen. Wir fühlen uns dann manipuliert, kontrolliert, wie eine Marionette im eigenen Leben.

Das Selbstvertrauen ist eine Einladung zu verstehen, dass niemand so gut über dein Leben herrschen kann, wie du selbst. Du hast alles, was du dafür brauchst, bereits in dir. Manchmal braucht es „nur“ ein paar Denkanstöße, ein wenig Übung, ein wenig Praxis, ein wenig Inspiration und Impulse von außen und dann legst du los, um deine Lebenszeit so wunderbar wie möglich zu machen, zu deinem Wohle und dem Wohle aller.

Der gute Vorsatz für dieses Seelen-Entwicklungsfeld lautet:

***„Ich bin alles, was ich sein möchte!“***



11. RAUHNACHT | 31. DEZEMBER T

Keine Nacht im Jahr wird von so vielen Menschen genutzt, um neue Entscheidungen zu treffen - gute Vorsätze wird es landläufig bezeichnet. Aber wir treffen Entscheidungen, wie wir wollen gesünder leben, wir wollen endlich den Partner fürs Leben finden, wir wollen Kinder, wir wollen mehr Geld, wir wollen aufhören zu rauchen, wir wollen dies und jenes.

Das sind alles Entscheidungen. Ob wir diese Entscheidungen dann tatsächlich auch umsetzen, das steht in einem anderen Buch geschrieben, aber erstmal treffen wir in dieser Nacht Entscheidungen.

Gestern hast du ein bisschen hineinfühlen können, ob du dich deiner Schöpfung hingeben kannst. Und all die Punkte, die verhindern, dass du dich ihr hingeben kannst, alles in deinem Leben, wo du nicht sicher bist, nicht Vertrauen haben kannst, sind Punkte, an denen über kurz oder lang Entscheidungen getroffen werden wollen, wenn du ein segensreiches Leben führen möchtest.

Du musst nichts heute entscheiden, aber vielleicht kommen dir während unserer Meditation oder auch im Heilkreis Impulse, was du gerne ändern möchtest, was du jetzt für dein Leben entscheiden möchtest, um neue Wege einschlagen zu können, um im neuen Jahr, schönere, erfüllendere Dinge erleben zu dürfen.

Es sind Entscheidungen, die von uns gefordert werden und dann natürlich auch, dass wir hinterher die nötigen Schritte dafür gehen, damit unsere Entscheidungen auch Früchte tragen können.

## AM ABEND DES 31. DEZEMBER - DIE 11. RAUHNACHT BEGINNT



Deine Gebot-Nacht Frage:

Für was für ein Leben möchtest du dich jetzt  
entscheiden?

Wie möchtest du ab sofort sein?







## TITEL

Warum ich diesen Titel gewählt habe:

Wichtige Symbole für mich in diesem Traum:

Wichtige Gefühle während des Träumens und danach:

Das hat der Traum mir zu sagen:

MEINE  
GEBO-EINDRÜCKE



CREATIVE ART PAGE

